



تاریخ
۱۷
مهر
۱۴۰۴
پنجشنبه

هر شماره؛معرفی یک موضوع در حوزه سلامت از جنبه‌های مختلف

این شماره: اوتیسم در بزرگسالان

علائم و نشانه‌های اوتیسم در بزرگسالان



تحمل پایین یا بالا نسبت به درد حساسیت به گرما و/یا سرما

علائم اوتیسم در زنان بزرگسال

علائم ASD می‌تواند بین جنسیت‌ها تفاوت داشته باشد. تحقیقی در سال ۲۰۲۰ نشان می‌دهد که برخی از زنان ممکن است در مقایسه با مردان توانایی بهتری در مقابله با موقعیت‌های اجتماعی داشته باشند، زیرا علائم آن‌ها ممکن است کمتر آشکار و پوشیده باشد. پوشاندن به این معناست که فرد رفتار خود را طوری تنظیم کرده است که نشانه‌های اوتیسم را در موقعیت‌های اجتماعی سرکوب کند. آن‌ها ممکن است مهارت‌های زندگی و ارتباطی را توسعه داده باشند که به آن‌ها امکان می‌دهد به طور مستقل زندگی کنند. این امر می‌تواند تشخیص ASD را دشوارتر کند.

زنان اوتیسمی ممکن است همچنین:

ساکت‌تر باشند

احساسات خود را پنهان کنند

نشانه‌های کمتری از رفتارهای تکراری نشان دهند

چرا تشخیص در بزرگسالی چالش‌برانگیز است؟

افرادی که در سال‌های جوانی خود تشخیص دریافت نکرده‌اند ممکن است علائم کمتری داشته باشند که شناسایی آن‌ها دشوارتر است. در برخی مواقع، ممکن است چنین افرادی هرگز تشخیص دریافت نکنند. اگر افراد مدت زیادی با ASD زندگی کرده باشند، ممکن است توانایی بهتری در پوشاندن علائم و نشانه‌ها داشته باشند.

آزمایش‌ها و تشخیص

تحقیقات نشان می‌دهد که یکی از آزمایش‌های تشخیصی رایج برای اوتیسم در بزرگسالی، ۲ – ADOS، ممکن است قابل اعتماد باشد. با این حال، پزشک باید علائم فرد را تشخیص داده و او را به آزمایش ارجاع دهد. بزرگسالانی که مشکوک به اوتیسم هستند، می‌توانند از آزمون‌های خودرزیایی آنلاین استفاده کنند و نتایج را به پزشک خود نشان دهند.

چگونه فرایند تشخیص را شروع کنیم؟

بزرگسالانی که مشکوک به اوتیسم هستند و مایل به تشخیص هستند، می‌توانند با پزشک عمومی خود مشورت کنند. پزشک ممکن است با پرسش در مورد علائم فعلی و علائم دوران کودکی، مشاهده رفتار فرد، و گفتگو با عزیزان فرد، تشخیص‌های ممکن را بررسی کند. در صورتی که علائم هیچ شرایط جسمی زمینه‌ای نداشته باشد، ممکن است فرد به روان‌پزشک یا روان‌شناس ارجاع داده شود.

کی باید به پزشک مراجعه کنید؟

علائم اوتیسم معمولاً قبل از دو سالگی ظاهر می‌شود، اما بسیاری از افراد تا مدت‌ها پس از آن تشخیص داده نمی‌شوند. اگر علائم شما باعث ایجاد اضطراب یا اختلال در کیفیت زندگی‌تان می‌شود، مراجعه به پزشک می‌تواند کمک کننده باشد. علائمی که می‌توانند نیاز به ارزیابی پزشکی داشته باشند عبارتند از:

اضطراب شدید هنگام تغییر روال روزانه

دشواری در درک نشانه‌های اجتماعی

چالش‌ها در برقراری ارتباط به شکلی که دیگران آن را درک کنند

حساسیت زیاد به ورودی‌های حسی، مانند صداهای بلند یا نورهای شدید دشواری در داشتن و حفظ دوستان

تمرکز شدید بر علایق خاص

اوتیسم چیست؟

اختلال طیف اوتیسم (ASD) یک اختلال عصبی و تکاملی است که بر نحوه تعامل فرد با دیگران، برقراری ارتباط، یادگیری و رفتار او تأثیر می‌گذارد. اگرچه اوتیسم در هر سنی قابل تشخیص است، اما به عنوان یک “اختلال تکاملی” توصیف می‌شود، زیرا علائم معمولاً در دو سال اول زندگی ظاهر می‌شوند. اغلب افراد مبتلا به اوتیسم علائم زیر را بروز می‌دهند: مشکل در برقراری ارتباط و تعامل با دیگران داشتن علایق محدود و رفتارهای تکراری علائمی که بر عملکرد فرد در مدرسه، کار و سایر زمینه‌های زندگی تأثیر می‌گذارد اوتیسم به عنوان طیفی از اختلالات شناخته می‌شود، زیرا تنوع گسترده‌ای در نوع و شدت علائمی که افراد تجربه می‌کنند وجود دارد. افراد از هر جنسیت، نژاد، قومیت و وضعیت اقتصادی ممکن است به ASD مبتلا شوند. اگرچه بیماری اوتیسم معمولاً یک اختلال مادام‌العمر است، اما درمان‌ها و مداخلات مناسب می‌توانند علائم و عملکرد روزانه فرد را بهبود بخشند.

علائم و نشانه‌های اوتیسم

مبتلایان به ASD ، علایق محدود و رفتارهای تکراری دارند و معمولاً در ارتباطات و تعاملات اجتماعی به مشکل برمی‌خورند. در ادامه به نمونه‌هایی از رفتارهای رایج در مبتلایان به اوتیسم اشاره می‌کنیم. هرچند همه مبتلایان همه این رفتارها را ندارند، اما بیشتر آن‌ها چندین مورد از رفتارهای گفته شده را خواهند داشت:

علائم در ارتباطات و تعاملات اجتماعی ممکن است شامل موارد زیر باشد: برقراری تماس چشمی کم

در زمان ارتباط با دیگران به نظر می‌رسد که به فردی که صحبت می‌کند، نگاه نمی‌کند یا به او گوش نمی‌دهد

عدم به اشتراک گذاشتن علایق، احساسات، یا لذت بردن از اشیا یا فعالیت‌ها

پاسخ ندادن یا کندی در واکنش به نام خود یا سایر درخواست‌های شفاهی



صفحه
۶
شماره
۴۳۱۶
سال سی ام

علائم اوتیسم در بزرگسالی



جدید، دریافت اطلاعات حسی جدید مانند بوها، صداها، نورها و انواع ورودی‌های مختلف ادراکی و دیداری می‌تواند باعث مشکلاتی در آنها شود، زیرا افراد «اوتیستیک» قادر به پردازش این ورودی‌های حسی به درستی نیستند.

۵- نداشتن همدردی

مشکل دیگری که افراد مبتلا به اوتیسم با آن مواجه هستند این است که نمی‌توانند، به درستی با دیگران هم‌دردی کنند و در به اشتراک‌گذاری احساسات خود مشکل دارند.

بسیاری از افراد اتیستیک برای فهمیدن دیدگاه دیگران دچار کشمکش هستند. آنها نمی‌توانند خواسته‌ها یا احساسات و یا افکار دیگران را درک کنند و از نقطه نظر دیگران به موضوعات نگاه کنند.

در نتیجه آنها فاقد حس همدردی و همراهی بوده و برای حضور در اجتماع با چالش‌هایی روبه‌رو هستند، که نشأت گرفته از ناتوانی آنها در مشارکت گروهی و تعامل با دیگران است.

۶- مشکلات زبانی

بر اساس آمار حدود ۴۰ درصد از افراد مبتلا به اوتیسم کلام ندارند و در حوزه گفتار دچار مشکل هستند، یا اینکه هیچ گاه حرف زدن را یاد نمی‌گیرند.

بنابراین اگر فرد بزرگسالی به طور کامل حرف نزند یا اینکه نتواند به درستی حرف‌زدن خود را مدیریت کند، احتمال دارد به اوتیسم مبتلا باشد. از نشانه‌های این ناتوانی می‌توان به این موارد اشاره کرد: دشواری در پیگیری یک گفتگو، وجود مشکل در ابراز نیازها و ناتوانی در پردازش تفکرات.

۷- محدوده علایق کم و غیرعادی

یکی دیگر از نشانه‌های اوتیسم در بزرگسالی دایره‌ی علایق محدود و به نوعی می توان گفت بی‌علاقگی نسبت به موضوعات مختلف است. به عنوان مثال آنها در برخی از زمینه‌های خاص مانند: هوانوردی، مهندسی، ریشه‌شناسی لغات یا تاریخ اطلاعات فراوانی دارند. این تمرکز بیش از حد بر روی یک موضوع، برای افراد اتیستیک بسیار لذت بخش است، اما همین موضوع می‌تواند چالش‌های بزرگی برای فرد ایجاد کند.

علائق و تمرکز شدید نسبت به یک موضوع خاص باعث درگیری بسیار زیاد ذهنی با آن موضوع می‌شود و عملاً فرد از سایر مسائل غافل می‌مانند و هیچ توجهی به چیزهای دیگر ندارند. همین مسئله باعث محدود شدن تمایلات اجتماعی و ارتباطی فرد با دیگران می‌شود.

۸- رفتارهای تکراری

تکرار واژه‌ها، جملات و رفتارها در طول روز باعث احساس آرامش در افراد اوتیسمی می‌شود. به نظر می آید که این رفتارهای روتین و قابل پیش بینی فرد را تحت کنترل خود دارد. این ویژگی نیز یکی دیگر از دلایلی است که مانع از حضور آنها در اجتماع و مکان‌هایی می‌شود که نیاز به برقراری تعامل و ارتباط با سایرین وجود دارد.

۹- تأکید بر عادت‌ها

بزرگسالان اوتیسمی نمی‌توانند از عادت‌های روزمره‌ی خود دست بردارند و وقتی که در برنامه شان تغییر کوچکی رخ دهد، دچار اضطراب شدیدی می‌شوند. برای مثال یک بزرگسال مبتلا به اوتیسم ممکن است به راحتی قادر به پیروی از یک برنامه سفر و جمع‌آوری وسایل مورد نیاز سفر نباشد. میل آنها به تکرار و عادت‌ها به این شکل بروز می‌یابد:

بی‌میلی و بی‌علاقگی نسبت به سفر

ناتوانی در رفتن به رستوران‌های جدید و امتحان کردن غذاهای متنوع

پای‌بندی به برنامه‌ای ثابت در هر روز

احساس ناراحتیدر هنگام خارج‌شدن از برنامه‌های روزانه و عادت‌های همیشگی

ناراحتی در هنگام تغییر کردن برنامه‌ها

۱۰- اضطراب:

آمارها نشان می‌دهد بیش از ۷۰ درصد از افراد اتیسمی با مشکلات خواب دست به گریبان اند و این می‌تواند به دلیل مشکلات حسی افراد اتیستیک باشد. در واقع اوتیسم در بزرگسالی با مشکلات خواب و اضطراب همراه است.اضطراب یکی از مشکلات شایع در میان بزرگسالان مبتلا به اوتیسم است. این اضطراب ممکن است شامل این موارد شود: اختلال در توجه و تمرکز، مشکل در کنترل خلق و خو، اشتغال ذهنی به یک موضوع و افسردگی.

علل و عوامل خطر مرتبط با اوتیسم

عوامل در بروز این اختلال میباشند. با استفاده از راهکارهای مناسب میتوان به کودکان و بزرگسالان اوتیسمی که در برقراری ارتباط و تعامل با دیگران چالش‌هایی دارند کمک کرد و این فضاهای ارتباطی را فعال‌تر و مثبت‌تر ساخت. روش‌های مؤثر برای بهبود تعاملات اجتماعی، آموزش مهارت‌های ارتباطی، شامل فنون گفتگو، نگاه کردن، و خوانش زبان بدن است. برای اینکه فرد در محیط‌های اجتماعی آماده‌تر باشد میتوان از برنامه‌های تخصصی مانند تراسپی‌های رفتاری، بازی‌های تعاملی و تمرین‌های گروهی، توانمندساز استفاده کند. برای ارتقای اعتماد به نفس و مهارت‌های اجتماعی فرد باید فرصت‌هایی برای تعامل با هم‌سن و سالان و برگزاری فعالیت‌های گروهی فراهم کرد. همچنین، نقش حمایتگر و نمونه‌سازی خانواده و مربیان بسیار مهم است، زیرا الگوبرداری از رفتارهای مثبت، تاثیر زیادی در یادگیری دارد. استفاده از فناوری‌های تعاملی و اپلیکیشن‌های آموزشی، ابزارهای جذاب و مکمل برای تشویق فرد در قبل و حین تعاملات هستند.

سایت پرتو دانش می نویسد: همانطور که می‌دانید، اختلال اوتیسم فقط مختص کودکان نیست و بزرگسالان نیز همچنان در بزرگسالی درگیر این بیماری می‌مانند. با اینکه علائم اوتیسم اغلب در اوایل کودکی خود را نشان می‌دهد، اما این اختلال تنها در همان دوران کودکی باقی نمی‌ماند. بلکه اوتیسم چالشی است که فرد در تمام طول زندگی با آن مواجه است و در بزرگسالی هم فرد را همچنان درگیر می‌کند.

معمولاً تبدیل کودکان اوتیسمی به بزرگسالانی که اوتیسم ندارند، بسیار نادر است. در واقع کودکانی که با اوتیسم دست و پنجه نرم می‌کنند، ممکن است مهارت‌هایی به دست آورند و کارهایی انجام دهند، که علامت‌های اوتیسمی شان کمتر نشان داده شود.

اما در بزرگسالی همچنان با این مشکل مواجه هستند و می‌توان گفت متأسفانه کودکی که اوتیسم دارد با گذشت زمان به یک بزرگسال معمولی تبدیل نمی‌شود.

اختلال طیف اوتیسم (ASD) یک اصطلاح عمومی برای مجموع اختلال‌های رشد مغز در سطوح مختلف، تعاملات اجتماعی، ارتباطات کلامی و غیر کلامی و رفتارهای تکراری است.

بسیاری از علائم اوتیسم در بزرگسالی در درجه اول با چالش‌های اجتماعی و رفتاری مشخص می‌شود. فردی که مبتلا به ASD است، معمولاً دچار ضعف در احساسات اجتماعی مقابل و رفتارهای ارتباطی غیر کلامی است و همچنین این افراد در توسعه، درک و حفظ روابط دچار کمبود هستند. چالش‌های مرتبط با این بیماری عبارتند از:

تفاوت در نحوه درک این افراد از محیط پیرامون خود

وجود موانع ارتباطی با دیگر افراد به دلیل چگونگی پردازش و تبدیل اطلاعات به کلام

تکرار الگوهای رفتاری مشخص که ممکن است با تعاملات اجتماعی و کیفیت زندگی تداخل داشته باشند.

هیچ کدام از دو فرد مبتلا به اختلال طیف اوتیسم علائم کاملاً یکسانی ندارند.

به طور کلی می‌توان گفت اکثر کودکان علائم اوتیسم را در سنین ابتدایی زندگی نشان می‌دهند. تعداد کمی از کودکان به صورت طبیعی در سنین نوزادی رشد کرده و سپس بین ۱۸ تا ۲۴ ماهگی در یک دوره برگشتی قرار می‌گیرند، این دوره زمانی است که آن‌ها دچار علائم اوتیسم می‌شوند. دو شاخصه مختلف افراد مبتلا به اوتیسم در بزرگسالی ASD:

۱- ارتباطات و تعاملات اجتماعی مداوم

۲- الگوهای محدود و تکراری رفتار خاص

علائم اوتیسم:

۱- مشکلات در روابط اجتماعی

یکی از نشانه‌های اوتیسم در بزرگسالی دشواری در برقراری ارتباطات صمیمی و نزدیک با دیگران است. این اختلال می‌تواند توانایی دوست‌یابی این افراد را شدیداً تحت تاثیر قرار دهد.

همچنین آنها در گوش دادن به دیگران و تجزیه و تحلیل فرایندهای محیطی مشکل داشته و دارای محدودیت‌های زبانی در سخن گفتن هستند. علاوه بر این رفتارهای خاص و غیرعادی آنها باعث محدودیت‌هایی در ایجاد دوستی با دیگران می‌شود. این ویژگی‌ها باعث می‌شود که مبتلایان به اوتیسم نسبت به دوستی چندان راغب نباشند و همیشه در این مورد، عقب‌نشینی کنند.

۲- مشکلات در روابط عاطفی

همانطور که برقراری روابط اجتماعی و دوستی برای افراد اوتیسم سخت است، ایجاد ارتباطات عاطفی و عاشقانه نیز برای این افراد بسیار دشوار است.

یکی از دلایل آن این است که ادامه دادن ارتباطات منظم و دائمی می‌تواند برای این افراد تقریباً غیر ممکن باشد و روابط عاشقانه در کل نوعی ارتباط منظم و هدف مند است که نیاز به گستره ارتباطی وسیعی دارد.

همچنین شخص مبتلا به اوتیسم در درک ارتباطات غیر کلامی ضعیف است و مهارت‌های مورد نیازی که اغلب برای برقراری رابطه صمیمانه مورد نیاز است نداشته باشد.

علاوه بر آن فرد ممکن است درک درست و بالفی از معیارهای جنسی نیز نداشته باشد. در نتیجه، در شکل‌دهی به روابط عاطفی و عاشقانه و ازدواج نیز موفق عمل نمی‌کند.

۳- مشکل در ارتباط غیر کلامی

بسیاری از بزرگسالان مبتلا به اوتیسم در ارتباط غیر کلامی دچار چالش‌های جدی می‌شوند. آنها همچنین در ارتباط چشمی نیز کمترین عملکرد را دارند.

این افراد در خواندن چهره و حالات مختلف افراد دچار مشکل اند و همیشه این احساس را دارند که چیزی را در فرایند ارتباط و تعامل خود کم کرده اند. این افراد به درستی نمی‌توانند دیگران را تعبیر و تفسیر کنند.

۴- اختلال در پردازش حسی

یکی از نشانه‌های اوتیسم در بزرگسالی وجود اختلال در پاسخ‌گویی به محرک‌های حسی است. این افراد نسبت به محرک‌های مختلف، یا حساسیت کافی را ندارند و یا اینکه حساسیت بیش از اندازه دارند. به این مشکل، اختلال پردازش حسی یا اختلال یکپارچگی حسی می‌گویند. در واقع آنها در تعامل با محیط و دیگران مشکل دارند. ملاقات با افراد

سایت مرکز طب نشاط می نویسد: برای پیشگیری و مدیریت بهتر اختلال اوتیسم باید شناخت قیقی از علل و عوامل خطر مرتبط با اوتیسم داشته باشیم. اوتیسم یک اختلال پیچیده است که چندین عامل ژنتیکی، زیستی و محیطی در بروز آن نقش دارند. بر اساس تحقیقات عوامل ژنتیکی، نقش اصلی را در ایجاد اوتیسم ایفا می‌کنند. وجود سابقه خانوادگی اوتیسم یا اختلالات عصبی خطر ابتلا را افزایش میدهد. تغییرات کروموزومی و جهش‌های ژنتیکی خاص نیز در ایجاد این اختلال موثر هستند. دیگر عوامل خطرنازه، عوامل محیطی میباشند. با قرار گرفتن در معرض سموم و فلزات سنگین مانند سرب، مواد شیمیایی مضر و آلودگی هوا در دوران بارداری یا قبل از آن، خطر بروز اوتیسم بالا میرود. اگر مادر در دوران بارداری داروهای خاص مصرف کند یا دارای عفونت‌های ویروسی یا باکتریایی باشد و همچنین داشتن سهر‌های شدید در این دوره احتمال ابتلا به اوتیسم را افزایش میدهد. سن والدین هنگام تولد کودک، وزن پایین نوزاد در هنگام تولد و مشکلات تغذیه‌ای نیز از دیگر