

## Памятка для родителей



### «Внимание, аутизм!»

2 апреля — Всемирный день распространения информации о проблеме аутизма. Еще не так давно его не было: ни диагноза такого, ни такого специального дня. Он отмечается, начиная с 2008 года.

В резолюции Генеральной Ассамблеи уделено внимание, прежде всего, проблеме аутизма у детей, выражается обеспокоенность высокой долей детей, страдающих аутизмом, указывается на важность ранней диагностики и соответствующего обследования. Аутизм — заболевание с не выясненными до сих пор причинами, в наше время встречается значительно чаще, чем раньше. Сегодня признаки аутизма у ребенка становятся заметны в возрасте около года, да и то при внимательном отношении родителей и врачей.

#### Как распознать аутизм у ребенка?

Если у вашего ребенка проблемы с общением, необычно эмоциональная реакция на окружающий мир, и врачи подозревают, что это начало развития аутизма, постарайтесь успокоиться и разобраться в проблеме. Ваше правильное отношение к этому состоянию — залог будущего вашего малыша. Поэтому давайте обстоятельно и подробно рассмотрим все вопросы, в том числе и признаки аутизма у детей.

#### Что такое аутизм?

Термин аутизм “autismus” впервые употребил Эйген Блейлер в 1910 году, когда описывал социальные расстройства, возникающие у больных шизофренией. В дословном переводе это слово означает «ненормальное самолюбование», чтобы подчеркнуть стремление пациента уйти в свой собственный мир. А в 1943 году Лео Каннер при описании психического расстройства у детей использовал термин «ранний детский аутизм» уже в его современном понимании и описал в его составе 11 признаков, которые наблюдались у всех детей с признаками этого заболевания.

Аутизм — нарушение психического развития, характеризующееся расстройствами речи и моторики, стереотипности деятельности и поведения, приводящими к нарушениям социального взаимодействия.

В настоящее время аутизм — это расстройство, которое возникает вследствие нарушения развития головного мозга и внешне проявляется в нарушении социального взаимодействия, общения, а так же повторяющимися действиями и ограничением интереса.

#### Симптомы аутизма

Обратитесь к врачу, если вы стали замечать у своего ребенка следующие особенности:

- — ребенок не отзывается, когда его зовут по имени;
- — не может объяснить, чего он хочет;

- — испытывает задержку темпов речевого развития;
- — не следует никаким указаниям взрослых;
- — периодически появляются нарушения слуха;
- — не понимает, как играть с той или иной игрушкой;
- — плохо устанавливает визуальный контакт;
- — не улыбается другим;
- — не лепечет и не гулит в возрасте 12 месяцев;
- — не делает указательных жестов, не машет рукой, не делает хватательных или других движений в возрасте 12 месяцев;
- — не говорит отдельные слова в 16 месяцев;
- — не произносит фразы из двух слов в 24 месяца;
- — наблюдается утрата речевых или социальных навыков в любом возрасте.

Часто у родителей таких детей создается ощущение, что ребенок живет в своем собственном отдельном мире.

### **Кто болеет аутизмом?**

В настоящее время диагноз «аутизм», а также аутистических расстройств, очень часто встречается среди детей. Трудно понять, что стало причиной повышения заболеваемости детей: это может быть как результат улучшения диагностики, так и более активное воздействие факторов внешней среды.

Аутизмом чаще страдают мальчики, хотя само расстройство развивается вне зависимости от пола ребенка. На 4 мальчиков, страдающих аутизмом, приходится примерно 1 девочка с таким диагнозом.

Но если брать среди больных детей тех, у кого развивается умственная отсталость, то при подсчете оказалось, что на 5 мальчиков-аутистов с отставанием приходится лишь 1 девочка.

Заболеванию подвержены дети любого возраста. Первые симптомы аутизма могут проявиться как в раннем возрасте, до 5 лет, так и в более позднем.

### **Почему развивается аутизм?**

В самом начале изучения данного детского заболевания причинами его развития считали «холодное» отношение матери к ребенку. Однако впоследствии, при изучении проблемы аутизма, выявили влияние генов на развитие болезни, причем не какого-либо конкретного, а целого комплекса (более 5 генов считаются «кандидатами» при выявлении «виновного»). К сожалению, вопрос этот и по сей день остается открытым, так как ученым не удается точно выяснить локализацию ответственных за аутизм генов и мутации, которые в них происходят.

Причем, совершенно не обязательно, что нарушение на уровне ДНК передалось от родителей. Ребенок может наследовать лишь предрасположенность, а само изменение генной структуры происходит уже во время развития ребенка в чреве матери. Предполагают, что активации таких мутаций способствуют вредные внешние факторы, воздействующие на мать во время беременности: некоторые пищевые продукты, фенолы, перенесенные инфекционные заболевания, выхлопные газы и т.д. Важными факторами так же считают повышенный возраст родителей, недоношенная беременность или низкий вес ребенка.

### **Как проявляется аутизм?**

Признаки развития патологии можно заметить с первых месяцев развития:

Ребенок с трудом привыкает к рукам матери, постоянно напряжен, даже при кормлении трудно найти удобное положение. Либо наоборот малыш слишком расслаблен.

Аутичные дети не останавливают взгляд на маме или сразу же отводят глаза, рассматривая окружение. Порой игрушки, рисунки и другие неживые предметы являются объектом детского внимания, в то время как люди не вызывают его интерес.

У детей с аутизмом нет реакции на окружающих: они не тянут к маме руки, при ее приближении, или вообще не реагируют на взрослых.

К 3 месяцам жизни здоровый малыш реагирует на настроение окружающих, смеется. Дети, которые страдают аутизмом, либо совсем не реагируют на эмоции взрослых, либо реакция ребенка не адекватная – плачут, когда окружающие смеются, и наоборот.

Все дети «привязаны» к тем, кто за ними ухаживает, особенно до 5 лет. У детей с аутизмом эта привязанность может быть либо слишком сильной (он не позволяет даже покинуть комнату), либо ребенок совершенно безразличен к их присутствию. Иногда, эти симптомы могут чередоваться: после постоянных требований присутствия, наступает полное безразличие к взрослому.

При обычном развитии к 1 году жизни дети могут произносить слова самостоятельно, их речь имеет эмоции, интонации. У ребенка при аутизме либо совсем не развиты разговорные навыки, либо речь монотонная, неразборчивая, бесцветная.

У детей старшего возраста признаки аутизма выражены ярче. После 7 лет они отличаются отстраненностью, замкнутостью. Они с трудом принимают новые вещи: игрушки, одежду. Отказываются играть или общаться не только с незнакомыми людьми, но даже с близкими.

К 2 годам ребенок-аутист часто не может произносить слова из нескольких фраз, кроме эхолалии – заученного повторения прежде услышанного слова.

Ребенок при аутизме заиклен на мелочах, деталях, во всем стремится к привычному для него режиму и расположению: игрушек, вещей, действий. Именно этим объясняется их монотонная речь, покачивание, раскладывание предметов, чаще по цветам. Это сильно выделяет ребенка, страдающего аутизмом, из группы сверстников.

В 5 лет дети обычно активно играют друг с другом. Если же у ребенка аутизм, то он отказывается от общения, отстранен от своих сверстников.

У детей-аутов может наблюдаться как отставание в умственном развитии, так и усиление умственных способностей. Порой, ребенок страдающий аутизмом, может говорить как ученый, но он не в состоянии вести обычный разговор на бытовые темы.

Все перечисленные признаки – это нарушения поведенческой реакции ребенка во время развития. В зависимости от формы заболевания они могут проявляться очень сильно (ребенок к 5 годам не разговаривает, отказывается от общения, нарушение режима вызывает истерику), или быть едва различимыми (небольшая отстраненность от окружающих, увлечение монотонными действиями). Поставить диагноз «по анализам», на современном уровне развития медицины и науки невозможно. Генетические тесты несовершенны и дают более-менее устойчивый результат только у детей старше 5 лет.

### **Как помочь ребенку с аутизмом?**

Единого решения и подхода к лечению аутизма у детей нет. Каждый случай уникален и требует индивидуальной программы реабилитации. Однако, за время изучения данной проблемы, детские психологи сумели сформулировать несколько концепций, которых стоит придерживаться. Считается, что наилучшие результаты дают занятия с ребенком в возрасте до 5 лет. Возможно, это связано с активным развитием мозга и социальных моделей поведения.

Цель лечения детского аутизма – улучшение их умственного развития, социальных отношений: общения, бытовых навыков, а так же достижение независимости в будущем.

Ребенку, страдающему аутизмом, необходимы дополнительные занятия с логопедом. Одним из наиболее эффективных методов терапии считается арт-терапия. К ней можно отнести лепку, рисование, занятия музыкой – все это помогает ребенку не только развивать навыки мелкой моторики, координации, внимания, но так же вызывает доверие малыша и снимает тревожность. Помимо этого хорошо показали себя в лечении аутизма занятия с животными: лошадьми, собаками, а так же трудотерапия.

В настоящее время применяют так же широкий спектр лекарственных средств: психотропных препаратов, антидепрессантов, однако они не всегда нужны при лечении, и показания к их применению строго ограничены в связи с тяжелыми побочными действиями.

Правила, которые необходимо выполнять при лечении ребенка, больного аутизмом:

1. Лечение ребенка должно происходить не только в лечебном учреждении, но и дома, в детском саду, на улице. Родителям придется не только водить ребенка к психологу, но и самим посещать его, так как заниматься с ребенком-аутистом – задача не из легких и сильно сказывается на психике самих родителей.

2. Нужно выбрать опытного и высококвалифицированного психиатра, который сможет заниматься ребенком длительное время, так частая смена врачей приводит к ухудшению состояния ребенка.

3. В лечении ребенка-аутиста главным является повторение. Каждый день нужно повторять одни и те же навыки, чтобы ребенок смог научиться их делать. Даже после того, как ребенок запомнит что-то, нужно будет периодически к этому возвращаться.

4. Родителям нужно отдыхать от лечения ребенка, так как это очень тяжело психологически – очень много заниматься с ребенком и не всегда видеть улучшения. Поэтому хотя бы раз в год родители должны уезжать на отдых.

5. У ребенка должен быть точный распорядок дня.

6. Родители ребенка должны познакомиться с родителями других детей-аутистов. Общение с ними поможет легче относиться к заболеванию своего ребенка. Существуют группы, в которых такие родители делятся опытом, радуются успехам детей.

7. Нужно научиться владеть вниманием ребенка, для чего требуется по несколько раз обращаться к нему по имени и никогда не повышать на него голос.

8. Нельзя изменять обстановку, к которой привык ребенок.

### **Чего ждать?**

К сожалению, случаев полного излечения от аутизма в медицинской практике не встречается. Бывает, что при мягких формах заболевания, а так же при активной терапии происходит ремиссия, вплоть до полного снятия данного диагноза. Однако процент таких случаев невелик: от 5-20%. Более точных данных на этот счет нет. Почему возникает такой разброс до сих пор не выявлено. Согласно исследованиям, если до 5 лет у детей с аутизмом уровень интеллекта по тестам IQ выше 50, у них есть высокие шансы для достижения независимости и социальной адаптации. В противном случае, дети постоянно остаются зависимыми от ухода и поддержки. Когда такие пациенты выходят из детского возраста, они не могут вести самостоятельную жизнь и нуждаются в постоянном уходе, порой даже при обычных действиях в быту.