

هل سمعت عن مرض التوحد؟

هي احد الاضطرابات التابعة لمجموعة (Autism) – توحد (او الذاتوية من اضطرابات التطور المسماة باللغة الطبية ”اضطرابات في الطيف تظهر في سن (Autism Spectrum Disorders - ASD) ”الذاتوي الرضاعة، قبل بلوغ الطفل سن الثلاث سنوات، على الاغلب وبالرغم من اختلاف خطورة واعراض مرض التوحد من حالة الى اخرى، الا ان جميع اضطرابات الذاتوية تؤثر على قدرة الطفل على الاتصال مع المحيطين به وتطوير علاقات متبادلة معهم وتظهر التقديرات ان 6 من بين كل 1000 طفل في الولايات المتحدة يعانون من مرض التوحد وان عدد الحالات المشخصة من هذا الاضطراب تزداد باضطراد، على الدوام. ومن غير المعروف، حتى الان، ما اذا كان هذا الازدياد هو نتيجة للكشف والتبليغ الافضل نجاعة عن الحالات، ام هو ازدياد فعلي وحقيقي في عدد مصابي مرض التوحد، ام نتيجة هذين العاملين سوية وبالرغم من عدم وجود علاج لمرض التوحد، حتى الان، الا ان العلاج المكثف والمبكر، قدر الامكان، يمكنه ان يحدث تغييرا ملحوظا وجديا في حياة الاطفال المصابين بهذا الاضطراب

أعراض التوحد

مرض التوحد عند الاطفال

الاطفال مرضى التوحد يعانون، ايضا وبصورة شبيه مؤكدة، من صعوبات في ثلاثة مجالات تطويرية اساسية، هي: العلاقات الاجتماعية المتبادلة، اللغة والسلوك. ونظرا لاختلاف علامات واعراض مرض التوحد من مريض الى اخر، فمن المرجح ان يتصرف كل واحد من طفلين مختلفين، مع نفس التشخيص الطبي، بطرق مختلفة جدا وان تكون لدى كل منهما مهارات مختلفة كليا. ولكن حالات مرض التوحد شديدة الخطورة تتميز، في غالبية الحالات، بعدم القدرة المطلق على التواصل او على اقامة علاقات متبادلة مع اشخاص اخرين.

وتظهر اعراض مرض التوحد عند الاطفال (لدى غالبيتهم) في سن الرضاعة، بينما قد ينشا اطفال اخرون ويتطورون بصورة طبيعية تماما خلال الاشهر، او السنوات، الاولى من حياتهم لكنهم يصبحون، فجأة، منغلقيين على انفسهم، عدائيين او يفقدون المهارات اللغوية التي اكتسبوها حتى تلك اللحظة. وبالرغم من ان كل طفل يعاني من اعراض مرض

التوحد, يظهر طباعا وانماطا خاصة به، الان المميزات التالية هي الاكثر شهوعا لهذا النوع من الاضطراب:

المهارات الاجتماعية

لا يستجيب لمناداة اسمه
لا يكثر من الاتصال البصري المباشر
غالبا ما يبدو انه لا يسمع محدثه
يرفض العناق او ينكمش على نفسه
يبدو انه لا يدرك مشاعر واحاسيس الاخرين
يبدو انه يحب ان يلعب لوحده، يتوقع في عالمه الشخص الخاص به
المهارات اللغوية
يبدأ الكلام (نطق الكلمات) في سن متأخرة، مقارنة بالاطفال الاخرين
يفقد القدرة على قول كلمات او جمل معينة كان يعرفها في السابق
يقيم اتصالا بصريا حينما يريد شيئا ما
يتحدث بصوت غريب، او بنبرات وايقاعات مختلفة، يتكلم باستعمال صوت
(غنائي، وتيري او بصوت يشبه صوت الانسان الالي (الروبوت)
لا يستطيع المبادرة الى محادثة او الاستمرار في محادثة قائمة
قد يكرر كلمات، عبارات او مصطلحات، لكنه لا يعرف كيفية استعمالها

السلوك

ينفذ حركات متكررة مثل، الهزاز، الدوران في دوائر او التلويح باليدين
ينمي عادات وطقوسا يكررهما دائما
يفقد سكينته لدى حصول اي تغيير، حتى التغيير البسيط او الاصغر، في هذه العادات او في الطقوس
دائم الحركة
يصاب بالذهول والانبهار من اجزاء معينة من الاغراض، مثل دوران عجل في سيارة لعبة
شديد الحساسية، بشكل مبالغ فيه، للضوء، للصوت او للمس، لكنه غير قادر على الاحساس بالالم
ويعاني الاطفال صغبرو السن من صعوبات عندما يطلب منهم مشاركة تجاربهم مع الاخرين. وعند قراءة قصة لهم، على
هذه المهارة الاجتماعية، التي تتطور في سن مبكرة. سبيل المثال، لا يستطيعون التاشير باصبعهم على الصور في الكتاب
جدا، ضرورة تطوير مهارات لغوية واجتماعية في مرحلة لاحقة من النمو
وكما تقدم الاطفال في السن نحو مرحلة البلوغ، يمكن ان يصبح جزء منهم اكثر قدرة واستعدادا على الاختلاط والاندماج
في البيئة الاجتماعية المحيطة، ومن الممكن ان يظهروا اضطرابات سلوكية اقل من تلك التي تميز مرض التوحد. حتى ان
بعضهم، وخاصة اولئك منهم ذوي الاضطرابات الاقل حدة وخطورة، ينجح، في نهاية المطاف، في عيش حياة عادية او

نمط حياة قريبا من العادي والطبيعي

وفي المقابل، تستمر لدى اخرين الصعوبات في المهارات اللغوية وفي العلاقات الاجتماعية المتبادلة، حتى ان بلوغهم

. يزيد، فقط، مشاكلهم السلوكية سوءا وترديا

قسم من الاطفال، بطيئون في تعلم معلومات ومهارات جديدة. ويتمتع اخرون منهم بنسبة نكاه طبيعية، او حتى اعلى من
اشخاص اخرين، عاديين. هؤلاء الاطفال يتعلمون بسرعة، لكنهم يعانون من مشاكل في الاتصال، في تطبيق امور تعلموها

في حياتهم اليومية وفي ملاءمة / اقامة انفسهم للاوضاع والحالات الاجتماعية المتغيرة

قسم ضئيل جدا من الاطفال الذين يعانون من مرض التوحد هم مثقفون ذاتيون وتتوفر لديهم مهارات استثنائية فريدة،

تتركز بشكل خاص في مجال معين مثل الفن، الرياضيات او الموسيقى

علاج التوحد

لا يتوفر، حتى يومنا هذا، علاج واحد ملائم لكل المصابين بنفس المقدار. وفي الحقيقة، فإن تشكيلة العلاجات المتاحة لمرضى التوحد والتي يمكن اعتمادها في البيت او في المدرسة هي متنوعة ومتعددة جدا، على نحو مثير للذهول بإمكان الطبيب المعالج المساعدة في ايجاد الموارد المتوفرة في منطقة السكن والتي يمكنها ان تشكل ادوات مساعدة في العمل مع الطفل مريض التوحد.

*وتشمل امكانيات علاج التوحد

– (Speech) وعلاجات امراض النطق واللغة (Behavioral Therapy) العلاج السلوكي
language pathology)

العلاج التربوي – التعليمي

العلاج الدوائي

العلاجات البديلة

ونظرا لكون مرض التوحد حالة صعبة جدا ومستعصية ليس لها علاج شاف، يلجأ العديد من الاهالي الى الحلول التي ورغم ان بعض العائلات افادت بانها حققت نتائج (Alternative medicine). يقدمها الطب البديل ايجابية بعد علاج التوحد بواسطة نظام غذائي خاص وعلاجات بديلة اخرى، الا ان الباحثين لا يستطيعون تأكيد، او نفي، نجاعة هذه العلاجات المتنوعة على مرضى التوحد

*بعض العلاجات البديلة الشائعة جدا تشمل

علاجات ابداعية ومستحدثة

انظمة غذائية خاصة بهم

وصفات غذائية لاطفال التوحد

إن النظام الغذائي لأطفالنا له تأثير بالغ في السلوك وأيضا الإستجابة لدى الطفل حيث الغذاء الغير متوازن يسبب مظاهر سلبية كما يساهم في عدم التركيز والانتباه وزيادة الحركة وتشتت الإنتباه والإحساس بالعنف تجاه الذات والآخرين وأيضا عدم إستقرار النوم مع وجود مشاكل في التأزر البصري الحركي لهذا نوضح لكم وصفات غذائية تساهم في مساعدة الأهل لسلوك أبنائهم وأيضا تساهم في البرنامج العلاجي الذي يحدث من خلاله نتائج إيجابية نتيجة إستعمال الأغذية الخالية من المواد المسببة لكل هذه المشاكل ولذا علينا الحذر والتأكد من أن الأطعمة التي يتناولها طفلنا لن

تحتوي على مواد الكازين Casein الذي يحتوي على بروتينات حيوانية من الحليب الحيواني وأيضاً الجلوتين Gluten الموجود بكثرة في القمح والشعير والشوفان والمخبوزات التي تباع في المخازن من معجنات وفطائر وأيضاً المكرونة لأنها تخزن بالحسم . إن الأعراض السلوكية لأطفالنا من التوحدين تسبب لنا المشاكل لهذا ننصح بإتباع هذا النظام الغذائي الذي يخلص الجسم من السموم التي تسبب كل هذه المشاكل ويرتقي بالعقل وتزداد الكفاءة العقلية في التحسن ويحدث التحسن البصري كما يحدث هدوء وإتزان لأننا نبعد عن الجسم كل ما يساهم في تخليصه من هذه السموم وأن يقاوم العصبية وأن يقاوم الأرق ويحدث التحسن في الإنتباه ويتخلص الجسم من المعادن الثقيلة لتصبح تصرفات ابننا السلوكية منضبطة وأيضاً تمنع عنه الإحساس بالألم في المعدة لأن المشتقات التي توجد في الأطعمة الممنوعة تساهم في اضطراب المعدة الذي ينتج عنه اضطراب بالمخ وذلك عن طريق الدم كما نؤكد أن إتباعنا لهذا النظام الغذائي إذا حدث به أي إنقطاع ستعود إنتكاسة كبيرة لها سلبياتها .

لماذا نمنع المعجنات والفطائر والمياه الغازية ؟

لأنها تؤثر على الطفل في زيادة العصبية والنشاط الحركي الزائد وعدم التواصل البصري وتشتت الإنتباه وإضطرابات المعدة والأرق في النوم .

أطعمة تساعد الطفل

1- يغسل الأرز ويصفى ويجفف ثم يطحن بالخلط

ويضاف إليه بيكينج بودار ويضرب البيض ويضاف إليه جوز الهند وتوضع عليه التمر المفروم ثم يضاف إليه قليل من زيت الزيتون ثم يضرب جيدا بالخلاط وتدهن الصينية بزيت عباد الشمس ثم يوضع الخليط في الصينية وتوضع بالفرن .

2- طريقة أخرى لعمل الأرز : يغسل الأرز جيدا ويسلق في قليل من الماء ويوضع في الخلاط ويضاف إليه ماء الورد ويخلط جيدا حتى يصبح غليظ القوام ويوضع عليه قليل من السكر الأسمر والنشة ثم يضرب في الخلاط .

ما فائدة هذه الخلطات ؟

تحتوي الخلطات على الفيتامينات والأملاح المعدنية التي يحتاجها الجسم والتي تغذي المخ وتجعل الطفل يقاوم العصبية والأرق وتخلص الجسم من السموم .

أهمية قرع العسل

إحضار ربع كيلو قرع ونصف كيلو تمر وبعض حبات عين الجمل ثم يخلطوا جميعا في الخلاط مع إضافة بعض الماء ثم يوضع في إناء زجاجي ويحفظ في الثلاجة , وهناك طريقة أخرى يمكن تحضير القرع بها : ممكن أن يؤكل قطع مسلوقة مع البلح فهذا الغذاء يساعد الجسم على التخلص من السموم مع زيادة الإنتباه والتركيز وأيضا يخلص الجسم من المعادن الثقيلة ويخلص الطفل من العصبية الزائدة ويصبح الطفل أكثر هدوء .

أكلات مسموح بها

عليك أن تطعم الطفل عيش الذرة المخبوز وليس عيش القمح المخبوز و عليك أن تطعمه مكرونة الذرة بدل من مكرونة القمح والأرز والزيتون ومن الفواكه المفضلة لطفل التوحد هي الموز لإحتوائه على P11 و P12 وهذا الفيتامين يساعد على إقباض المعدة حيث دائما يشتكي طفل الأوتيزم من معدته ويتألم ويحتوي الموز على نسبة بوتاسيوم عالية تساعد دائما على التحسن البصري والفواكه المجففة والطازجة التي تحتوي على نسبة فيتامينات عالية يحتاج لها الجسم وتزيد من قدراته الزهنية وتقلل من حركته الزائدة وأيضا منتجات زيت الزيتون والأرز والنشا والذرة.

عزيزي ولي الأمر :

برجاء التعاون معنا لأننا نتمنى من القلب أن تتحسن صحة ابنائنا في أنس الوجود وأن هذه الممنوعات التي نصحنا بعدم تناولها للطفل بها مواد مثل الأنواع المخدرة التي يتعاطاها المدمن لهذا نجد المدمن لديه شرود ذهني وأنطوائية ويردد الكلام الغير مفهوم لهذا نجد السلوكيات متشابهة ولا نريد أن تحدث إنتكاسه تسبب لطفلنا سلوك بسبب الإخلال بالحمية الغذائية حيث تشير التقارير أن السلوك العدواني نتيجة كمية البروتين التي يتناولها الطفل لتحدث عنده تغيرات تضر صحة الطفل كما تشير الأبحاث التي إرتبطت بنظام الحمية لتحسن الابن وتحسن عادات الطعام وأصبح يتناول الأطعمة المتنوعة التي لم يتناولها من قبل وحدث تحسن فتي نظام النوم وإنخفض السلوك

العدواني وأصبح أكثر هدوء وإستقرار وتحسن
إجتماعيا أكثر لهذا نتمنى أن نتبع هذا النظام حتى
تحدث الإيجابية التي وجدناها على أطفال المؤسسة من
تناول الأغذية الخالية من الكازين والجلوتين.

المصدر: منتدى طبرجل.