АУТИЗМ И ЕГО ПРИЧИНЫ

Аутизм – заболевание, связанное с нарушениями в развитии мозга, при котором у ребенка возникают очень большие трудности в контакте с окружающей средой, поскольку малыш находится в своем мире, практически ни на что не реагируя. Детский аутизм также известен, как инфантильный аутизм.

Источник фото: shutterstock.com
Ученые объясняют это наличием в мозге ребенка лишних синапсов, которые формируются у малыша еще в утробе матери. Чтобы понять, о чем идет речь, представьте, что наш мозг – сложное устройство, напичканное невероятным количеством проводов (нейронов) и стыков между ними (синапсов). После рождения более половины этих стыков как бы отсеивается самим устройством за полной их ненужностью и поврежденностью. Так, например, у малышей абсолютный слух уходит, уступая место обычному слуху. Другая ситуация у детей с аутизмом: у них отсеивается лишь 16% ненужных синапсов. Иными словами, в их мозге царит беспорядок, поскольку необходимое путается с поврежденным и ненужным. А из-за этого бардака человек не может воспринимать сигналы окружающего мира так, как все остальные.

Однако, природу самого сбоя в работе мозга никто пока объяснить до конца не может. Одной конкретной и точной причины нет. До сих пор в медицинском сообществе ведутся споры о происхождении этой болезни и о том, насколько она поддается лечению. Что неудивительно, ведь изучается

аутизм менее ста лет. Тем не менее, есть некий список предполагаемых причин возникновения этого нарушения в развитии у ребенка.

Факторы, влияющие на появление аутизма:

- генетическая предрасположенность;
- экологическая обстановка;
- инфекции и болезни, перенесенные матерью во время беременности;
- детская травма;
- тяжелые роды.

Однако, причин может быть гораздо больше. Те, что в списке – самые распространенные. Более того, следует помнить, что аутизм может быть симптомом какого-либо другого заболевания или же его последствием.

РАССТРОЙСТВА АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Расстройства аутистического спектра (РАС) – различные по степени тяжести симптомы аутизма, встречающиеся в разной комбинации. Проще говоря, в этом спектре можно увидеть различные синдромы, у каждого из которых могут быть свои степени тяжести и симптомы: от незаметных при разговоре с человеком, страдающим РАС, до очень тяжелых. Рассмотрим следующие расстройства.

Синдром Каннера, он же – классический аутизм. Здесь встречаются четкие симптомы, связанные с трудностями в коммуникации, поведении и социальном взаимодействии. По степени тяжести может быть как легким, когда симптомы проявляются не так ярко, так и тяжелым.

Синдром Аспергера и высокофункциональный аутизм. Многие считают, что **синдром Аспергера** – легкая форма аутизма, что недалеко от истины, ведь у этого синдрома присутствует только легкая степень тяжести. Отличается он наличием у пациента высокого интеллекта и способностью к общению, социальной жизни. Также, страдающий этим расстройством человек может иметь невероятный талант в чем-либо: воспроизводить точь-в-точь услышанную впервые мелодию, запоминать огромные последовательности слов, изображать на бумаге пейзажи вплоть до каждой травинки и т. д. Многие путают его с **высокофункциональным аутизмом**, поскольку у них очень схожа клиническая картина. Однако, есть крайне важное отличие: у людей с высокофункциональным аутизмом присутствуют задержки в развитии речи, а обнаруживают этот вид аутизма еще до поступления ребенка в школу. А вот симптомы синдрома Аспергера чаще всего по ошибке путают с крайними проявлениями каких-либо норм, и обнаруживают его лишь тогда, когда ребенок идет в школу.

Неспецифическое первазивное нарушение развития, он же – атипичный аутизм. Как становится понятно из названия, проявляет он себя не так, как остальные синдромы. Имеющий это расстройство может проявлять симптомы не во всех основных уязвимых сферах (социальное взаимодействие, поведение, коммуникация), а лишь в некоторых.

Синдром Ретта и детское дезинтегративное расстройство. Это два очень схожих между собой расстройства, которые характеризуются регрессом уже приобретенных навыков. **Синдром Ретта**, как правило, встречается у девочек. После полугода-полутора лет нормального развития у ребенка наблюдается регресс, характеризующийся стереотипными движениями, затруднением речи, моторики, движений, «неживым» лицом и расфокусированным взглядом. Могут присутствовать также натужный смех, импульсивное поведение, судорожные припадки. **Детское дезинтегративное расстройство**отличается от синдрома Ретта тем, что регресс наступает после двух лет. По своему характеру он достаточно резок и затрагивает практически все функции организма, в том числе контроль наполненности мочевого пузыря, двигательную координацию и т. д. Результатом такого синдрома является глубокая умственная отсталость, которую никак нельзя остановить.

Тем не менее, несмотря на столь обширный спектр расстройств, мы будем говорить преимущественно про классический аутизм, симптомы, признаки и то, как можно справиться с этой, не до конца изученной, болезнью.

Источник фото: shutterstock.com

ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ АУТИЗМА

Главный вопрос, которым задаются многие родители: в каком возрасте можно определить аутизм у ребенка и в каком случае бить тревогу? Как правило, уже с первых месяцев рождения можно отличить ребенка аутиста от нейротипичного (без отклонений) ребенка.

До 1 года – двух лет должно насторожить следующее:

- отсутствует ответная улыбка у малыша;
- взгляд направлен не на конкретного человека, а в пространство;
- ребенок не отличает маму от других людей;
- малыш по долгу пищит/кричит без видимых на то причин (при условии, что ребенок накормлен, в сухости, выспался и врач не нашел заболеваний);
- нет реакции на свое имя;
- не интересуется игрушками, либо привязан к одной единственной игрушке, не желает менять ее ни на что;
- не может быть на руках у матери, пытается вырваться;
- нет привязанности к матери;
- во время попытки прикорма сильно злится и отказывается от прикорма с явными признаками агрессии;
- поздно начинает ходить;
- слабый психический и физический тонус.

Однако, зачастую аутизм обнаруживается в 2 года, когда малыши уже «становятся интересными»: начинают разговаривать, у них появляются какие-нибудь забавные привычки, они играют с игрушками и взрослыми, и игры эти весьма разнообразны. В этом возрасте для окружающих становятся более явными отклонения в развитии, которые, к сожалению, очень часто воспринимаются как огрехи воспитания, что-то возрастное или особенность характера, которую нельзя ломать.

Сразу хочется отметить, что по внешности аутиста от нейротипика весьма сложно различить. Выдать может лишь отсутствующий взгляд, но кто сказал, что в сложной ситуации у обычного человека не может быть такого выражения лица?

Как правило, признаки разделяют по нескольким категориям, которых, как правило, три: социальное взаимодействие, коммуникация и поведение. В

этом разделе мы будем всячески ссылаться на доктора Евгения Олеговича Комаровского, в частности на список симптомов и признаков.

Поведение.
Здесь один признак, включающий в себя много примеров – монотонность поведения, его стереотипность. Это значит, что ребенок придерживается четкого распорядка дня, очень избирателен в еде и одежде. «Если ваш ребенок хочет кушать одни конфеты, это не значит, что у него аутизм. Но если он хочет идти гулять только в определенной рубашке и только в определенное время, то тогда уже следует задуматься». Также отметим, что сюда относится повторение одних и тех же фраз или движений, соблюдение ритуалов. Очень распространенные примеры – выстраивание в ряд игрушек, раскладывание предметов по определенным позициям, бег кругами, потряхивания ручками, раскачивания вперед-назад и т. д.

Коммуникация.

1. **Использование второго или третьего лица для идентификации себя вместо первого.** То есть, вместо «Я иду гулять» он скажет: «Ты идешь/идет гулять». Здесь же встречаются трудности в различении мужского и женского родов.
2. **Запаздывание возраста вопросов.** Для детей в 3 года уже характерно «почемучканье», которое, порой, доводит родителей до изнеможения. Ребенок аутист этих вопросов почему-то не задает.
3. **Замедленное развитие речи или регресс социальных навыков.** Да, возможен вариант, когда у ребенка уже сформировались навыки, но потом он резко стал их утрачивать.
4. **Отсутствие множества привычных вещей в общении, как например:**
   - ответной улыбки;
   - адекватной реакции на просьбы;
   - адекватного языка мимики и жестов;
   - просьб;
   - возможности диалога;
   - желания дружить и участвовать в коллективных играх.

   Все эти мелочи могут быть и не видны с первого раза. Именно поэтому очень важно уделять внимание своему ребенку, по возможности, ежедневно.

5. **Присутствие в речи неологизмов или эхолалии.** Эхолалия – это когда ребенок повторяет сказанные вами фразы, обрывки этих фраз или же вовсе,

последние слоги слов. Неологизмы – это, в данном случае, слова, которые придумал сам ребенок и употребляет их не в рамках игры, а ежедневно.

Источник фото: shutterstock.com

Социальное взаимодействие.

1. **Негативно реагирует на прикосновения.** Избегает объятий, поглаживаний, может закричать или расплакаться. Особенно, если трогает незнакомый ему человек (врач, дальний родственник).
2. **Неадекватно реагирует на мать.** Малыш либо слишком холоден, либо, наоборот, слишком привязан к ней, от чего каждая разлука на минуту сопровождается воплями и криками.
3. **Предпочитает одиночество.**
4. **Не интересуется окружающими людьми или предметами.**
5. **Не копирует поведение.**
6. **Избегает зрительного контакта.** Ребенок смотрит на либо губы собеседнику, либо вовсе куда угодно, но только не на него.
7. **Боится интенсивных раздражителей.** Речь идет не только о резком звуке, но и о, например, громко работающем телевизоре или громко разговаривающих людях и т. д.
8. **Использует необычный материал для игр.** Это может быть все, что угодно: посуда, бытовые предметы, одежду, книги – одним словом, что-то, что не вызовет интереса у обычных детей.

Здесь опять же стоит процитировать Комаровского: «Какой-либо из этих признаков, при определенных обстоятельствах, может быть обнаружен у кого угодно. Если вы нашли что-то у вашего ребенка, это не значит, что нужно хвататься за голову и кричать «Все пропало». Это означает лишь то, что нужно проконсультироваться со специалистом». Не бойтесь сходить лишний раз на прием со своим ребенком. Лучше лишний раз перестраховаться, чтобы не упустить момент и вовремя начать работать с этим заболеванием.

Тем не менее, вот важный и простой совет от специалистов, который поможет всем родителям вовремя заметить отклонения в развитии ребенка:

при малейших сомнениях нужно открыть медицинский справочник, либо найти информацию в Интернете о том, как должен развиваться ребенок в своем возрасте, что должен уметь и т. д. Так вы точно не упустите время, когда коррекция будет эффективной.

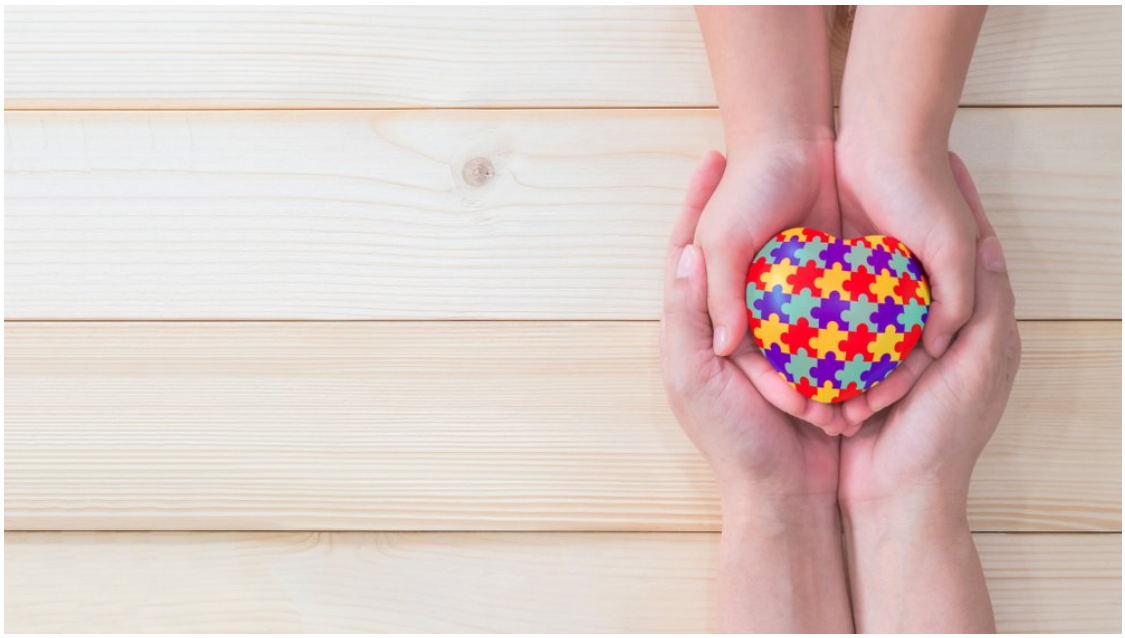
ОБЩЕНИЕ С АУТИЧНЫМ РЕБЕНКОМ: КАК ЕГО ПОНЯТЬ И БЫТЬ ПОНЯТЫМ САМОМУ?

Самое главное и самое сложное при таком нарушении – именно общение. Причем для обеих сторон. Ребенку-аутисту общаться сложно в принципе, о чём выше уже было сказано не раз. А взрослому трудно держать себя в руках, чтобы не рвать на себе волосы, сложно понять, что чувствует и что хочет донести до окружающих этот странный маленький человек, находящийся в своем мире, и хочет ли вообще. Поэтому, очень важно держать в голове некоторые правила общения, чтобы быстро выйти из сложной ситуации и быть уверенным в своих силах.

Самое главное правило: терпение, терпение и еще миллион раз терпение! Это самое важное и самое сложное как в общение, так и в реабилитации такого ребенка. Будьте готовы к тому, что придется повторять что-то несколько раз, но чаще всего, вам самим придется слышать одну и ту же фразу, вырванную из контекста, или наблюдать одно и то же действие по сто, а то и больше, раз на дню. Еще терпение потребуется для того, чтобы выполнить то или иное действие, а также успокоить беспокоящегося ребенка.
Второе, о чем следует всегда помнить – ровный эмоциональный фон. Это совсем не означает, что нужно убрать любое проявление эмоций. Это значит, что нужно быть спокойным, доброжелательным, но не кричаще-оптимистичным, и избегать при этом резких скачков в интонации. Слишком громко разговаривать тоже не следует. Тоже самое касается и жестов: они должны быть уместны, не должно быть в них суеты, размашистости и сильной быстроты. Жестикулировать нужно по делу: указать ребенку на какой-нибудь предмет, подкрепить жестом свое высказывание или просьбу и т. д.
Еще один аспект – внятная речь, без лишнего «мусора». В данном случае «мусор» - различные вводные слова, слова-паразиты, исковерканные названия чего-либо. В противном случае речь для ребенка превращается в бессмысленный поток звуков, из которого ничего невозможно вычленить. То есть, вместо «Давай-ка мы с тобой сейчас пойдем и погуляем немного по парку, пока погода хорошая» надо сказать «Хочешь гулять?» или «Сейчас мы пойдем гулять».
Также, чтобы донести свою мысль, вы можете использовать изображения, распечатанные или вырезанные из старых журналов. Один из самых распространенных способов коммуникации с аутичным ребенком – это система PECS. Это карточки, которые обозначают предметы, деятельность и многое другое. С помощью этой системы можно общаться с ребенком,

составлять расписание и вместе ему следовать. Также, эта система может развить коммуникационные навыки, которые будут закрепляться путем постоянного повторения одних и тех же слов. В интернете можно скачать карточки для распечатки и найти подробные инструкции, как этой системой пользоваться.

Комментируйте все, что происходит вокруг. Это касается не только каких-либо предметов, ваших действий отдельно или совместно с малышом, но и чувств и эмоций, которые переживаете вы или окружающие, мотивации каких-либо поступков, что принято делать и говорить, а что нет. Как уже было сказано выше, аутичным детям сложно считывать социальные сигналы, переживания и мимику других людей. А это невероятно важно для успешной интеграции в общество. Когда он будет знать, что хотят сообщить собеседники невербально, ему будет легче найти себе знакомых или даже друзей среди нейротипиков.
Так мы плавно подошли к тому, как понять ребенка с аутизмом, как расположить его к себе и как создать вокруг него комфортную и дружелюбную по отношению к нему обстановку.



Источник фото: shutterstock.com
Наблюдайте за ребенком. Не все его вырванные из контекста фразы и странные действия бессмысленны. Это его особенный способ попросить о чем-либо или же, выразить свое беспокойство. Как правило, это фразы из мультфильмов, фильмов или взрослых разговоров, которые он услышал или цитата из книги. «Будешь кашу?» может означать желание ребенка поесть. Если ребенок знает, что в данный момент взрослый разозлен его поведением, он может сказать: «Не вели казнить, царь батюшка». «Окно – бум!» может означать состояние стресса, поскольку когда-то его напугал звук

захлопывающегося окна. И теперь любое свое беспокойство он будет обозначать именно этой фразой, произносимой с определенной интонацией.
И еще о стрессах. **Следите за раздражителями, которые приводят к истеричным или тревожным состояниям**. Во-первых, это поможет вам в прогнозировании состояния ребенка в той или иной ситуации (поход в больницу, в гости, на прогулку). Во-вторых, зная, что может нарушить душевное равновесие, вы сможете обеспечить безопасность ребенку не только дома, но и за его пределами. В-третьих, при истериках вы будете четко знать, как себя вести. Если есть раздражитель, который вы можете устранить – сделайте так, чтобы ничего не нервировало. Если же такое поведение вызвано желанием что-то попросить, то тогда, как и в случае с обычными детскими истериками, нужно эмоционально игнорировать такое поведение, дав понять, что так от вас ничего нельзя добиться.
Обязательно соблюдайте режим и ритуалы ребенка. Как уже было сказано выше, для таких детей характерно стереотипное поведение, характеризующееся соблюдением определенных «ритуалов» в определенной последовательности. Вспомним кинокартину «Человек дождя», без отсылки к которой нам не обойтись, поскольку именно там очень наглядно показано цикличное поведение. В фильме Реймонд, страдающий аутизмом, привык, что по определенным дням недели дают определенные блюда, блинчики должны быть исключительно с кленовым сиропом, который должен появляться на столе раньше блинчиков, кровать должна стоять только у окна, и никак иначе. А в телевизоре обязательно нужно посмотреть передачу про суд присяжных, поскольку пропуск ее будет равносилен катастрофе. Именно поэтому необходимо строго следовать режиму дня и не мешать ритуалам ребенка, если они, конечно, не вредят ему.
Обсуждайте с ним его интересы. Иногда это может быть какая-то одна узкая область знаний, но зато ребенок будет разбираться в ней «от и до». Эта тема будет волновать его, и ему будет очень важно, если вы его поддержите, выслушаете или поспособствуете развитию его интереса в этой теме. Например, покупайте соответствующую литературу, документальные фильмы, найдите педагога, который сможет индивидуально заниматься с ребенком, чтобы раскрыть его талант. Как правило, такие занятия способствуют видимому прогрессу ребенка, что позитивно отразится на его реабилитации и интеграции в общество.

ЛЕЧЕНИЕ И РЕАБИЛИТАЦИЯ

Здесь важно понимать одну простую грустную истину: на данный момент таблеток от аутизма не существует. И операцию тоже никакую, к сожалению, не изобрели. Но это совсем не значит, что выхода нет. Он есть – это долгие, ежедневные занятия с ребенком, которым надо уделять в среднем 5 часов в день.

Хотя и медикаментозная поддержка в отдельных случаях может присутствовать. Но здесь все зависит только от того, что вам скажет психотерапевт, к которому следует обратиться в первую очередь. Он, после диагностики, озвучит проблемы и направит вас к тем специалистам, которые смогут это решить.

Для занятий с ребенком аутистом чаще всего применяется эрготерапия. Это комплексная терапия, состоящая из лечебной гимнастики, игр, массажей, направленная на восстановление утраченных навыков, развитие моторики и психологических функций. Она использует подход сенсорной интеграции, то есть, когда малыш получает информацию через все сенсоры (зрение, слух, вестибулярный аппарат и т. д.). Затем мозг ребенка раскладывает эту информацию по полочкам. Для каждого пациента программа терапевтических занятий составляется индивидуально, с учетом того, как он реагирует на те, или иные раздражители.

Также при эрготерапии возможны занятия по игре на музыкальных инструментах, спортом, танцами или каким-нибудь рукоделием. Такое времяпрепровождение разовьет у ребенка координацию, мелкую моторику, что повлияет на функции мозга и на прогресс в его развитии.

В возрасте 5 лет при имеющихся речевых нарушениях уже можно привлекать к реабилитации логопеда. Тот, в свою очередь, подберет комплекс упражнений для речевого аппарата.

При всем при этом родитель остается главным в реабилитации ребенка к жизни в социуме. Если этого малыша поддерживает, инициировать постоянное общение, пытаться пробудить интерес и любопытство у ребенка к окружающему миру и проявлять любовь к нему, то тогда он сможет достичь очень многого.

https://www.proaist.ru/articles/autizm-u-detey-simptomy-i-lechenie-bolezni-/?utm_referrer=https%3A%2F%2Fzen.yandex.com