



DOERNBECHER
CHILDREN'S
Hospital

የኦፔሬሽን ስፔሻላይዝድ
ዲስኦርዲር መመሪያ መጽሐፍ



ሰለዚህ ቡክሌት

ከእርስዎ ጋር የመገናኘት እና የኦቲዝም ስፔክትረም ዲስኦርደርን (ASD) በ OHSU ን በተሻለ ለመረዳት እንዲረዳዎት እድሉን በጣም እናደንቃለን። ይህ መጽሐፍ የተፃፈው በቤተሰብ እርዳታ አሁን ወይም ወደፊት ሊኖሯቸው የሚችሏቸውን ጥያቄዎች ለመመለስ እንደ ቀጣይ ምንጭ ነው። ለመጀመር የሚያስፈልጉትን አንዳንድ መረጃዎችን ማግኘት እንድትችሉ በማሰብ በተለያዩ ርዕስ ጉዳዮች ላይ ብዙ መረጃዎችን አካተናል።

በ OHSU Doernbecher's Child Development and Rehabilitation Center (CDRC) Autism Clinic (ከኦቲዝም ክሊኒክ) ስለሚቀበሏቸው ሪፖርቶች ልዩ ጥያቄዎች ካሉዎት እባክዎን ይፃፉ እና ከእርስዎ ጋር ለሚሰሩ ክሊኒኮች ይደውሉ። ስማቸው እና ስልክ ቁጥራቸው እርስዎ በሚደርሱዎት የጽሁፍ ዘገባዎች ላይ ተዘርዝረዋል። እባኮትን መረጃ ለመስጠት፣ ለጥያቄዎች መልስ ለመስጠት፣ ወይም የሚፈልጉትን ድጋፎች ለማግኘት እንዲረዳዎት ቀጣይነት ያለው ግብዓት አድርገው ያስቡን።

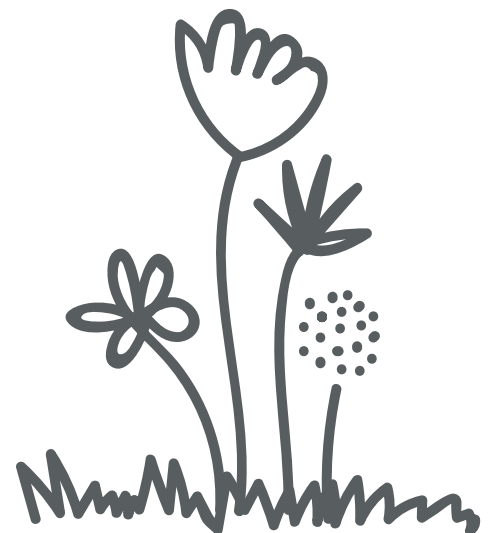
ይህን ቡክሌት ለመጠቀም ጠቃሚ ምክሮች፦

1. ሁሉንም በአንድ ጊዜ ማንበብ እንዳለብዎ አይሰማዎት።
2. አሁን ለእርስዎ አስፈላጊ የሆነውን ያንብቡ እና የቀረውን ያስቀምጡ።
3. የእርስዎ ልምድ እና ፍላጎቶች እዚህ ከተጋሩት ሊለያዩ እንደሚችሉ ይወቁ።
4. ማስታወሻዎችዎን እና ሌሎች የወረቀት ሰራዎችን በተዘጋጀ ቦታ ያስቀምጡ፤ እንደ ፋይል፣ ወደ ወደፊት ቀጠሮዎችዎ ይዘውት እንዲሄዱ።

በእንክብካቤዎ ሰላሙኑን በድጋሚ እናመሰግናለን።

ዝርዝር ሁኔታ

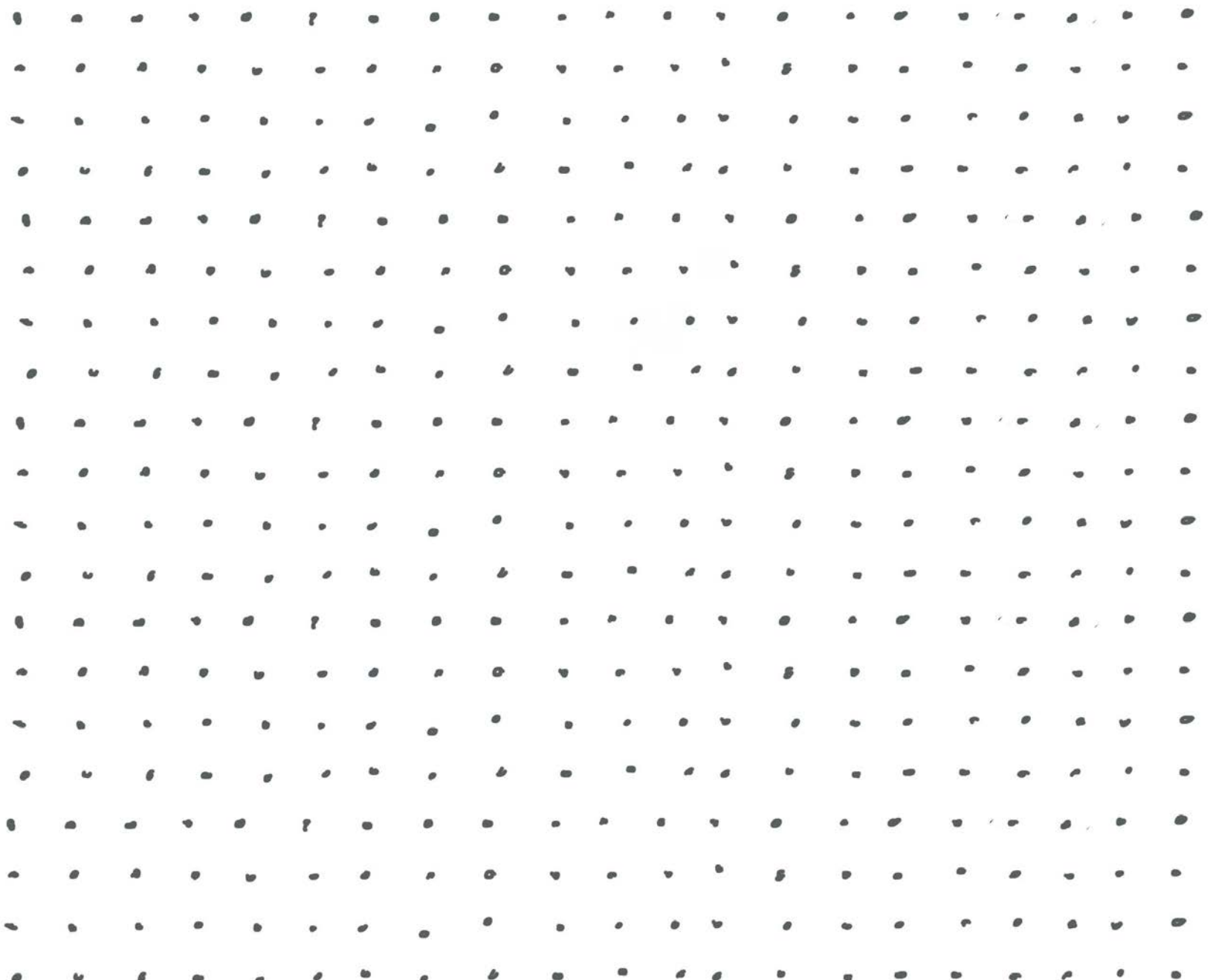
አሁን ምን እደርጋለሁ?	5
በመጀመር ላይ	7
የ ASD ምርመራን መቀበል	8
የJENNIFER ምክሮች	12
ስፔክትረምን መግለጽ	17
ምልክቶች	19
ሌሎች የ ASD ባህሪያት	20
የሕዝብ አገልግሎቶች	25
ASDን ማከም	33
ከኦቲዝም ጋር የተዛመዱ ቃላቶች መዝገብ-ቃል	40





አሁን ምን አደርጋለሁ?

ወደ OHSU ኦቲዝም ክሊኒክ የሚመጡ አደጋጅ ግለሰብ እና ቤተሰብ ልዩ ናቸው እና ከራሳቸው የሚጠበቁ እና ጥያቄዎች ጋር አብረው ይመጣሉ። አንዳንድ ቤተሰቦች ስለ ኦቲዝም ስፔክትረም ዲስኦርደር (ASD) ምርመራ ሲሰጡ አጭታ ያገኛሉ እና ሌሎች ደግሞ ምርመራውን ለመቀበል የተወሰነ ጊዜ ያስፈልጋቸዋል። ዛሬ ምንም አይነት ስሜት ቢሰጣቸውም፣ በሆነ ወቅት ላይ እርስዎ ያስባሉ፡- "አሁን ምን አደርጋለሁ?" ምን አይነት ግብዓቶች እንዳሉ ማወቅ እና እርስዎ እና ልጅዎ ስኬታማ እንዲሆኑ የሚያግዝ አቅድ ማውጣት ለመጀመር ጥሩ ቦታ ነው።





በመጀመር ላይ

ለመጀመር ማድረግ የሚችሏቸውን (ከታች) ዝርዝር አቅርቦናል። ብዙዎቹ በ OHSU ኦቲዝም ክሊኒክ ውስጥ በተሰጡዎት ምክሮች ላይ ተዘርዝረዋል ።

☐ ከዋና ሐኪምዎ ጋር ቀጠሮ ይያዙ።

- ከግምገማዎ በኋላ የተሰጡዎትን ሪፖርቶች ግልባጭ ከአኛ ጋር ይዘው ይምጡ። የእርስዎ ማጣቀሻ አቅራቢው ውጤቱን Doernbecher መቀበል አለበት።
- በተሰጠው መረጃ ላይ ተወያዩ እና ለህክምናዎች ሪፈራል ወይም አስፈላጊ ከሆነ ተከታይ ቀጠሮዎችን ያግኙ።
- ASDን በተመለከተ ዶክተርዎ ምኞት እና እውቀት ያለው መሆኑን ያረጋግጡ።

☐ ልጅዎ ከ 5 ዓመት በታች ከሆነ የአካባቢዎን Education Service District (ESD) (የትምህርት አገልግሎት ዲስትሪክት) ያነጋግሩ።

- ልጅዎ አስቀድሞ በአንዱ ውስጥ ካልተሳተፈ Early Intervention (EI) (የቅድመ ጣልቃ ገብነት) ፕሮግራም ይጀምሩ። እነዚህ ፕሮግራሞች ብዙውን ጊዜ Oregon እና Washington ነፃ ናቸው።

☐ ልጅዎ እድሜው ለትምህርት የደረሰ ከሆነ፣ መረጃውን ለመምህሩ ወይም ለትምህርት ቤት ልዩ የትምህርት ቡድን ያካፍሉ።

- መረጃን መጋራት እና አንድ ላይ አቅድ ማውጣት ለት/ቤት፣ ለወላጆች እና ከሁሉም በላይ ለልጁ ጠቃሚ ነው። ልጅዎ የራሱን/ሷን ስኬት ለመደገፍ Individual Education Program (IEP) (የግለሰብ ትምህርት ፕሮግራም) እንዲፈጸም ያለ ፕሮግራም እንዲቀየር ሊያስፈልጋቸው ይችላል።

☐ ASD ካለበት ሌላ ልጅ ወላጅ ያነጋግሩ።

- Autism Society of Oregon (ASO) (የኦሪገን ኦቲዝም ማህበር) በአካባቢዎ ካሉ ሌሎች ቤተሰቦች ጋር ሊያገናኝዎት ይችላል። OHSU እና ASO ቤተሰቦች እና ግለሰቦች እርስ በርስ እንዲገናኙ ለመርዳት Welcome Project (የእንኳን ደህና መጣቼህ ፕሮጀክት) ላይ ተባብረዋል።
- Family Involvement Network (FIN) (የቤተሰብ ተሳትፎ ኔትዎርክ) በቤተሰብ አባላት የሚሰራ ነፃ ፕሮግራም ነው እና የስፓኒሽ ቋንቋ ተናጋሪዎች አሉ። ለበለጠ መረጃ፡ 503-494-0864 ያግኙ።

☐ ከ ASD ጋር ከእኩያ ጋር ይነጋግሩ።

- ጎረቤት ወይም ጎልማሳ ከሆንክ በ ASD ከተረጋገጠ ሰው ጋር መነጋገሩ ጠቃሚ ሊሆን ይችላል። ሌሎችን በትምህርት ቤት፣ ወይም በማህበራዊ ክብሮች ወይም ዝግጅቶች ላይ በተለይ ASD ላለባቸው ግለሰቦች ሊያገኙ ይችላሉ። Autism Society of Oregon (የኦሪገን ኦቲዝም ማህበረሰብ) እና Welcome Project (የእንኳን ደህና መጣቼህ ፕሮጀክት) እርስዎን በማህበረሰብ ውስጥ ካሉ ሌሎች ሰዎች ጋር ለማገናኘት ሊረዱዎት ይችላሉ።

የ ASD ምርመራን መቀበል

እርስዎ ወይም ልጅዎ ASD እያጋጠማችሁ አንደሆነ ማወቅ በጣም ስሜታዊ ጊዜ ሊሆን ይችላል። ሁሉም ቤተሰቦች በተለያዩ መንገድ ምላሽ ይሰጣሉ፤ ነገር ግን ብዙ ሰዎች በተወሰነ ደረጃ መቸገራቸውን ይናገራሉ።

አንደ ወላጅ፣ ልጃችሁን በጣም ስለምትወዱት ነገሮች ለእሱ ወይም ለእሷ ከባድ ይሆናሉ ብሎ ማሰብ ልብን ይሰብራል። ለራሳቸው ምርመራ የሚያገኙ አዋቂዎች ብዙ የተለያዩ ስሜቶች ሊኖራቸው ይችላል። አንዳንዶች በመጨረሻ እራሳቸውን በተሻለ ሁኔታ ለመረዳት እጩታ ሊሰማቸው ይችላል፤ ሌሎች ደግሞ ከመጠን በላይ የመጨናነቅ ስሜት ሊሰማቸው ይችላል።

የ ASD ምርመራን መጋፈጥ እና መቀበል የአንድ ጊዜ ተሞክሮ አይደለም። ነገሮች ጥሩ አየሆኑ የሚሄዱበት ጊዜዎች ሊኖሩ ይችላሉ እና ወላጆች ወይም ግለሰቦች ምርመራቸውን ለመቀበል እንደመጡ የሚሰማቸው እና ከዚያ የሆነ ነገር ስሜቱን እንደገና ያነሳሳል።

ብዙ ግለሰቦች እንዲጋጠሟቸው የሚዘግቡ ስሜታዊ ደረጃዎች አሉ፤ እነዚህም የሚከተሉትን ሊያካትቱ ይችላሉ።

ድንጋጤ ወይም ግራ መጋባት

እርስዎ ወይም ልጅዎ በ ASD የተመረመሩበት ቀን በጣም ከባድ እና ግራ የሚያጋባ ሊሆን ይችላል። አንዳንድ ሰዎች በምርመራው ባለመስማማት፣ በመናደድ ወይም ሁለተኛ አስተያየት በመፈለግ ይህንን ሊቋቋሙ ይችላሉ። አንዳንድ ሰዎች “ግንኙነታቸውን ያቋርጡ” እና መረጃውን ችላ ለማለት ይሞክራሉ፣ ሌሎች ደግሞ ስለ እሱ አንደት መግባባት እንደሚችሉ ይጎድላቸዋል። የተሰጡህን ዜና በትክክል ለመስራት ጊዜ ይወስዳል።

ሀዘን

አንዳንድ ሰዎች እነሱ ወይም ልጃቸው ሊሆኑ ይችላሉ ብለው ያሰቡትን በማጣት እንደሚያዝኑ ይሰማቸዋል። አንዳንድ ጊዜ እነሱ ወይም ልጃቸው ከአንዳንድ ነገሮች ጋር መታገል ምን ያህል ኢፍትሃዊ እንደሚሆን መገንዘቡ ለመቀበል አስቸጋሪ ነው። ማዘንና መበሳጨት የተለመደ ነው፤ ማልቀስም ጤናማ ነው። አንደ ወላጅ፣ እርስዎ እና ልጅዎ በጣም የሚፈልጉት እርስዎ ስለሆኑ ሀዘኑ እንዲበላዎት መፍቀድ አስፈላጊ ነው። እራስዎን እና/ወይም ልጅዎን ለመርዳት ወደፊት እንደት እንደሚሄዱ አቅድ ለማውጣት መጀመር በአንድ እርምጃ አንድ እርምጃ ቢሆንም እንኳ የበለጠ የመቆጣጠር ስሜት እንዲሰማዎት ሊረዳዎት ይችላል።





ጥፋተኝነት

ብዙ ግለሰቦች የጥፋተኝነት ስሜት ይሰማቸዋል። የልጃቸውን ASD መንስኤ አድርገው ሊሆን ይችላል፤ ወይም ይህን ለመከላከል የሆነ ነገር አድርገው እንደሆነ ያስባሉ። ምንም እንኳን የASDዎች መንስኤዎች ሙሉ በሙሉ ባይታወቁም፤ አንድ ሰው ሊቆጣጠረው የማይችለው ነገር እንዳልሆነ እናውቃለን። ጥናቶች እንደሚያሳዩት ASD ከጄኔቲክ ጋር የተገናኘ እና በአእምሮ አድገት ላይ ለውጦች በጣም ቀደም ብለው ይከሰታሉ። የ ASD ተመኖች በአለም ዙሪያ በሚገኙ ጎሳዎች እና ዘር ቡድኖች ተመሳሳይ ናቸው፤ ስለዚህ በተወሰኑ የአካባቢ ወይም በህክምና ምክንያቶች የተከሰተ እንዳልሆነ በሰፊው ተቀባይነት አለው።

ቁጣ

ልጅዎ በተፈጥሮ ወደ ሌሎች ልጆች ከሚመጡ ነገሮች ጋር ሲታገል ማየት በጣም ከባድ ነው። አንዳንድ ጊዜ በሌሎች፣ በትዳር ጓደኛህ፣ በራስህ ወይም በማንም ላይ ያልተደረሰ ቁጣ ሊሰማህ ይችላል። ይህ የሂደቱ ተፈጥሮዊ አካል ነው። ከዓመታት በኋላ እንኳን ነገሮች በጣም ፍትሃዊ ያልሆኑ የሚመስሉበት እና የሚያናድዱበት ጊዜ ይኖራል። ብዙ ጊዜ ሌሎች እርስዎ እንደሚጎዱ አይረዱም ወይም ድጋፍ ሊፈልጉ ይችላሉ። ተመሳሳይ ተሞክሮ ካላቸው ሌሎች ግለሰቦች እና ወላጆች ጋር መነጋገር በጣም ጠቃሚ ሊሆን ይችላል።

ብቸኝነት

ይህ ብዙውን ጊዜ ለግለሰቦች እና ልጃቸው አካል ጉዳተኛ ለሆኑ ወላጆች ሊመጣ ይችላል። ማንም ሊረዳው የማይችል ወይም ሌሎች ተመሳሳይ ትግሎች ውስጥ ማለፍ የሌለባቸው ሊመስል ይችላል። ሌሎች የአካል ጉዳት ያላጋጠማቸው ወይም አካል ጉዳተኛ ልጅ ያላቸው እርስዎ ምን እያጋጠመዎት እንደሆነ ለመረዳት ሊከብዱ ይችላሉ። እርስዎን እንዲደግፉ ምን እንደሚመስል መንገር የእርስዎ ውሳኔ ሊሆን ይችላል።

መቀበል

የመቀበያ ጊዜያት ማለት እርስዎ ከ ASD ጋር የመኖርን አውነታ ማድነቅ ይችላሉ፤ እና እንዲሁም እርስዎ ወይም ቤተሰብ ለሚፈልጉት ነገር ለመሟገት ዝግጁ ነዎት። መቀበል ቀጣይ ሂደት እንጂ የመጨረሻ ደረጃ አይደለም።





Autism Speaks
(ኦቲዝም ይናገራል)
(www.autismspeaks.org)
እንደ አንቅልፍ፣ አህትማማች
እና አህትማማችነት፣ ንደትን
መቆጣጠር እና ሌሎችን
በሚመለከቱ ርዕሰ ጉዳዮች ላይ
ለቤተሰብ አባላት በርካታ ነጻ
ሊወርዱ የሚችሉ መሳሪያዎችን
ፈጥሯል።

ግለሰቦች

በአሥራዎቹ ዕድሜ ውስጥ ወይም ጎልማሳ በመሆን ኦቲዝም እንዳለባቸው መግር ብዙ ሊወሰድበት ይችላል። ስለምርመራዎች እና ለእርስዎ ምን ማለት ሊሆን እንደሚችል ሌሎች የሚያናግሯቸውን ማግኘትዎ አስፈላጊ ነው። በአዲሱ መለያዎ በድንገት ተገድበዋል ማለት አይደለም። በምትኩ ምን "ምልክት እንደሚያደርግህ" እንድትረዱ እና እንድትበለጽግ የሚረዱህን መሳሪያዎች እንደሚሰጥህ ተስፋ እናደርጋለን። አሁንም ተመሳሳይ አቅም ያለህ ያው ሰው ነህ። ለእርስዎ የሚጠቅመውን መረዳት እና ለእርስዎ ከባድ ለሆኑ ነገሮች እርዳታ መፈለግ አስፈላጊ ይሆናል። ለእርስዎ የሚሰሩ ልዩ ሰልፋችን ለማውጣት እንዲረዱዎ ከቴሌቪዥን ወይም ከአክሱድ ጤና ባለሙያ ጋር ለመስራት አይፍሩ።

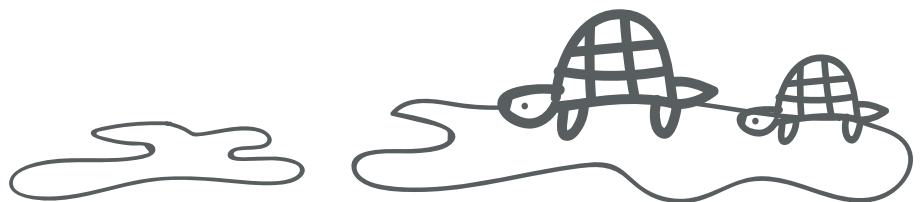
አህትማማቾች

ASD ያለበት ልጅ አህትማማቾች ብዙ ጊዜ የራሳቸው ጥያቄዎች፣ጭንቀቶች እና ተግዳሮቶች አሏቸው። አንተም የእነርሱን ፍላጎት ማሟላት አስፈላጊ ነው፤ እና ከእነሱ ጋር ብቻህን ጊዜ ውስድ። በ ASD ወንድማቸው ወይም አህታቸው ፍላጎት በቀላሉ ሊሸፈኑ ይችላሉ እና ከራሳቸው ሕክምናዎች ወይም ከእርስዎ ጋር ልዩ ጊዜዎች ሊጠቀሙ ይችላሉ። ወንድሞችና አህቶች አብረው የሚዘናኩባቸውን እንቅስቃሴዎች ማግኘት ጠቃሚ ሊሆን ይችላል። Autism Speaks (ኦቲዝም ይናገራል) እርስዎ ማውረድ የሚችሉት በተለይ ለወንድሞች (www.autismspeaks.org) የሆነ ቡክሌት ነበረው።

የቤተሰብ አባላት

ሌሎች በቤተሰብዎ ውስጥ ለአዲስ ምርመራ ምላሽ ይሰጣሉ፤ ልክ እያንዳንዱ ግለሰብ ከ ASD ጋር በተለየ መንገድ እንደሚጫወት። እርስዎ ያለዎትን መረጃ በሙሉ ላያገኙ ይችላሉ። አንዳንድ ጊዜ ወላጆች ከጓደኞቻቸው ወይም ከቤተሰብ ጋር ስለ ጉዳዩ ከመናገራቸው በፊት በ ASD የበለጠ እስኪመቻቸው ድረስ መጠበቅን ይመርጣሉ። እርስዎን እና ልጅዎን የሚወዱ ሌሎች ሰዎች እንዲሁ ከመጠን በላይ መጨናነቅ፣ ንጄት ወይም ግራ መጋባት ሊሰማቸው ይችላል። አበረታታቸው፡-

- ለልጅዎ እያደረጉ ያሉትን ውሳኔዎች አክባሪ እና ደጋፊ ይሁኑ።
- ስለ ASD ተጨማሪ ይወቁ።
- ልጅዎ የለመዳቸውን ልማዶች እና ስርዓቶች ይከተሉ።
- ለራሳቸው የድጋፍ ቡድን ያግኙ።



በ 36 ዓመቱ አስፕርገርስ ሲንድሮም አንዳለኝ ታወቀኝ። አስደሳች አጋጣሚ ነበር - በመጨረሻ መደበኛ ለመሆን መሞከሩን አንዳቆም ረድቶኛል። ስለ ASDs (Autism Spectrum Disorders) የበለጠ ባወቅኩ ቁጥር ራሴን በተግባራዊ እና አስደሳች በሆነ መንገድ ከህይወት ጋር መላመድ ቻልኩ። አንግዳ መሆን ተግባራዊ ብቻ ሳይሆን በእውነትም አስደሳች እንደሆነ ታወቀ። ASDዎችን በቅንነት መርምራለሁ። ወላጆችን፣ አስተማሪዎችን፣ OTዎች እና የሥነ ልቦና ባለሙያዎችን፣ የነርቭ ሐኪሞችን ቃለ-መጠይቅ አድርጌያለሁ - እርስዎ ይሰሩታል። ያገኘሁት ነገር አጅግ በጣም ጥሩ አሳቢ የሆኑ ጎልማሶች በ AS/ኦቲዚም "በእህል ላይ" በትጋት ይሠሩ እንደነበር ነው። እነሱም ብስጭት እና ደክመዋል! ጥቂት ወላጆችን እና አስተማሪዎችን አንዳንድ ጊዜ፣ ጉልበት እና ህመም ለማዳን ተስፋ በማድረግ ለእነሱ "የአስተያየት ጥቆማዎች" ዝርዝር ይገባ መጥቻለሁ። እነዚህ "ዓይነተኛ" ብለን የምንጠራቸውን አንግዳ ፍጥረታት በእውነት ከሚወደው ከአስፒ ልብ የመጡ ናቸው።

— Jennifer McIlwee Myers

የ Jennifer ምክሮች

- 1 አባኮትን "መደበኛ" ለማድረግ አይሞክሩ። ተግባራዊ መሆንን እንመርጣለን። ሁሉንም ጊዜዎን እና ጉልበትዎን የዓይንን ግንኙነት ለማድረግ እና እግርዎን ላለመንካት ላይ በማተኮር ላይ ማዋል ሲኖርብዎት ተግባራዊ መሆን ከባድ ነው።
- 2 አባካችሁ ከልክ በላይ አትከላከሉን፤ አታስደስቱን ወይም ዋጋ አይስጡን። መበላሸት እና ራስን መደሰትን ሳንማር ቀድሞውኑ በቂ ማህበራዊ ችግሮች አሉብን።
- 3 ዓለም እንዴት እንደነበረ እንደምትመኝ ወይም እንዴት እንደሆነ እንዳሰብከው ማህበራዊ ክህሎቶችን አያስተምረን። በትክክል እየተከናወነ ያለውን ነገር በጥንቃቄ ይመልከቱ እና የገሃዱ ዓለም ህጎችን ያስተምሩን።
- 4 "የተለመደ" ልጅ ከወለድክ ሕይወትህ ፍጹም እንደሚሆን ወይም በጣም ቀላል እንደሚሆን አታውራ እና/ወይም አታድርግ። እኛ የማትፈልጋቸው ልጆች መሆናችንን በማወቅ አንበላጽግም።
- 5 የተለመዱ ባህሪያትን እና የተሳካ ጭምብል ማድረግ ማለት "ተፈወስን" ማለት ነው ብለህ በማስብ አትሳሳት። አባኮትን ያስታውሱ ባህሪያትን ይበልጥ የተለመደ በሚመስል መጠን የበለጠ እየሰራን ነው። ለእርስዎ ተፈጥሯዊ እና ቀላል ባህሪ የሆነው ለእኛ የማያቋርጥ ከፍተኛ ጥረት ነው።
- 6 አባካችሁ በሽልማት አትቅጡን ወይም በቅጣት አትሸለሙን። ዕረፍትን በትምህርት ቤት ውስጥ በጣም አስጨናቂ ሆኖ ለምናገኘው፤ ከእረፍት የሚጠብቀን ማንኛውም ተግባር አንድ ነው ማስታወቂያ ኢንፊኒትም መድገምን እንማራለን። ለጥሩ ባህሪ በፋሽን ግን በእውነት የሚያሳክክ ልብስ ማግኘታችን ጥሩ ባህሪ እንዳንይዝ ያስለጥናል!
- 7 የሌሎችን ልጆች ባህሪ እንድንመስል በብልህነት ካሠለጥንን፤ መሳደብን፤ ታዋቂ ለሆኑ መጨወቻዎች ማልቀስ፤ የማትወደውን መንገድ ብንለብስ እና በመጨረሻም ስንጠጣ፤ ማጨስ እና በአሥራዎቹ ዕድሜ ውስጥ እያለ ስለ ወሲብ ማሰብን ብንሞክር አትደንግጥ። እነዚያ "ቆንጆ ልጆች" የማያውቁትን ብዙ ነገር ያደርጋሉ ብለው የሚያስቧቸው - ወይንስ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤትን አያስታውሱም?

8 እባኮችን ስለ ASD/አስፐርገር ቀደም ብለን ልንፈጽግ የምንችለውን ደረጃ ስጡን። ምን እየተካሄደ እንዳለ ማወቅ አለብን - እና እርስዎ ቢነግሩንም ባይነግሩን አንድ ነገር "ስህተት" እንዳለን እንረዳለን።

9 ምልክት እንዳይደረግብን ስለምትፈራ ምርመራ ወይም እርዳታ አታስወግድ። ያለዚያ ምርመራ እና ተገቢ ድጋፍ፣ መምህራኖቻችን፣ ቤተሰባችን እና ባልደረቦቻችን ብዙ መለያዎችን ይሰጡናል - እና ብዙ ጊዜ በበቂ ሁኔታ ከሰማናቸው ልናምናቸው እንችላለን።

10 የማንችለውን ነገር እንድናደርግ አያስገድደን። የግዳጅ ማህበራዊ ሁኔታ በፓስፊክ ውቅያኖስ መሃል ላይ መጣል መዋኘትን ከማስተማር በላይ ማህበራዊ ክህሎቶችን አያስተምረንም።

11 ሌሎች ልጆች በሚያደርጉት ነገር አትቅጡን። ሌሎች ልጆች በጥሩ "ኮቲስቲክ" ባህሪያቶች እኛን ማሾፍ እና ማስቃደታቸው ለውጥ ያስፈልገናል ማለት አይደለም፤ ያደርጋሉ ማለት ነው። ለአረፍት ጊዜ ሁሉ መወንጨፍ ወይም መወዛወዝ ከሥነ ምግባር አኳያ ስህተት አይደለም፣ አንድን ሰው የነርቭ አካል ስንኩልነት ስላለው ማስቃደት ነው።

12 "ትምህርት ለማስተማር" ውርደትን ወይም የህዝብን ውርደት ለመጠቀም አይሞክሩ። ከሌሎች ሰዎች በጣም ብዙ እናገኛለን፤ እና የተማርነው ብቸኛው ነገር እርስዎንም ማመን አለመቻላችን ነው።

13 ቅጣን (ወይም "ወጤቶችን" ስጠን መንግስተ ሰማያት ይርዳን) ይህን ለማድረግ አስፈላጊ ሆኖ ሲገኝ - ነገር ግን በምክንያት እና በውጤቱ መካከል ያለውን ግንኙነት በጣም እና ግልጽ ያድርጉት። ባህሪያችን እንዴት ለእኛ ያልተፈለገ ወጤት እንደሚያመጣ ለመረዳት ብዙ ጊዜ የእይታ መርጃዎችን እንፈልጋለን!

14 ባህሪያችን ለኛ አደገኛ በሚሆንበት ጊዜ ብዙ ድካም አታድርጉን። ለምሳሌ፣ በጉርምስና ዕድሜ ላይ የሚገኙ ወጣቶች ቅድመ-ድብደባ ባህሪ ከባድ መዘዞችን ሊያስከትል ይገባል - ምክንያቱም በልጅነት ጊዜ እንደዚህ አይነት ባህሪን በቁም ነገር አለመያዝ በዕድሜያችን ከህግ አስከባሪ አካላት ጋር ወደ ችግር ሊመራ ይችላል!

15

ያልሰለጠኑ የካምፕ አማካሪዎችን፣ “የተለመዱ እኩዮችን” ወይም የወጣት ፖስተሮችን ከአስፐርገር ጋር እንዲቋቋሙ አትመኑ። ብዙ ጊዜ ለችግሮቻችን የሚሰጡት መልሶች እንደ “ብዙ ሞክሩ”፣ “ከፈለጋችሁ ልታደርጉት ትችላላችሁ” እና “ከሱ መውጣት” የመሳሰሉ በጣም አጥፊ ሀረጎችን ያካትታል።

16

አንዱን ሞዴል አታድርጉ እና ሌላውን አያስተምሩ። ስትናደድ ብትጨህ ወይም ብትመታ እኛም እናደርጋለን። በእኛ ላይ ከተናደዱ፣ በእኛ “የኦቲስቲክ ቁጣ” አትደንግጡ። እና ሲያጨሱ፣እግርዎን መታ ያድርጉ፣ማኒኬርዎን ይምረጡ እና ሶስተኛው ድርብ ማኒያቶዎን ዛሬውኑ ስለእኛ መነቃቁያዎች አታስተምሩን።

17

በአንድ ነገር ላይ በጣም ስኬታማ እንድንሆን አትጠይቁን ምክንያቱም ኢሳይያስ የተሳደው “እንከን የለሽ” ልጅ በመውለድ ነው። ሁላችንም መቅደስ ግራንዲን መሆን አንችልም። ያስታውሱ፣ ሁሉም ታማኝ ስራ ክቡር ነው፣ ምንም እንኳን ስለ እኛ ለጓደኞች መከራራት ባይችሉም።

18

ይህን ለማድረግ የአረፍት ጊዜያቶችን ማመቻቸት ቢያስፈልጋችሁም ከወንድሞቻችን እና አህቶቻችን ጋር ጊዜ አሳልፏል። ምንም እንኳን በሳምንት አንድ ጊዜ ወይም ከዚያ በላይ በፈጣን ምግብ መገጣጠሚያ ላይ ምሳ ብቻ ቢሆንም ከእኛ ውጭ የሆነ ለእነሱ ልዩ የሆነ ነገር ያውጡ።

19

እንደ አስፈላጊነቱ ለራስዎ እርዳታ ይጠይቁ። በሚችሉበት ጊዜ የአረፍት እንክብካቤን ይጠቀሙ። በመንፈስ ጭንቀት ውስጥ ሲሆኑ የእውቀት (ኮግኒቲቭ) የባህሪ ምክር እና/ወይም መድሃኒት ያግኙ። ብቻውን ለማድረግ አይሞክሩ። ያስታውሱ፣ ንፁህ ቤት ካለን ይልቅ መተኛት እና ገንቢ ምግብ ማግኘት በጣም አስፈላጊ ነው።

20

በጣም አስፈላጊ፡ እባካችሁ፣ እባካችሁ፣ እባካችሁ እኛን ለመውደድ እና ለመቀበል “እስክንድን” ወይም “እስኪድን” ድረስ አይጠብቁ። መላ ሕይወታችንን በዚያ መንገድ ልታጣው ትችላለህ።

* አባክዎ ከ2013 ጀምሮ አስፐርገርስ ሲንድሮም አሁን በቀላሉ ኦቲዝም ስፔክትረም ዲስኦርደር ተብሎ ይጠራል። ነገር ግን፣ የአስፐርገርስ ሲንድሮም ምርመራ የተደረገላቸው ብዙ ሰዎች ይህንን ቀደምት የመመርመሪያ ቋንቋ ለመያዝ በጣም ምቹ ናቸው።



ስፔክትረምን መግለጽ

“ስፔክትረም” የሚለው ቃል በቀላሉ ምልክቶች ለእያንዳንዱ ሰው በጣም የተለየ ሊመስሉ ይችላሉ። ምንም እንኳን የ ASD ምርመራን የሚወስኑ ግልጽ ንድፎች ቢኖሩም፤ የተለያዩ ምልክቶች በተለያዩ ሰዎች ላይ እንዴት እንደሚነኩ ሰፊ ያለ ልዩነት አለ።

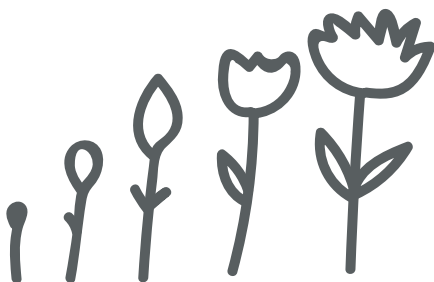
እየጨመረ የሚሄደውን የቁጥር መስመር ከማሰብ ይልቅ ASDን እንደ “ቡፌ” ማሰብ ይችላሉ - በጠረጴዛ ላይ ያሉት ሁሉም ሰዎች ተመሳሳይ መስረታዊ ኮርሶችን ያገኛሉ፤ ነገር ግን ክፍሎቹ እና ቅመሞች ለግለሰቡ ልዩ ይሆናሉ።

በዚህ ምክንያት፤ ASD በእያንዳንዱ ሰው ላይ በጣም የተለያየ ሊመስል እና እንዲሁም በህይወት ዘመን ውስጥ ሊለዋወጥ ይችላል። ለምሳሌ፣ አንድ ልጅ በማህበራዊ ክህሎቶች በጣም አስቸጋሪ እና በጣም ጥቂት ተደጋጋሚ ባህሪያት ሊኖረው ይችላል። ሌላ ልጅ በዕለት ተዕለት እንቅስቃሴ ሊጠጣ እና በቋንቋ ቀላል ጊዜ ሊኖረው ይችላል። በመዋለ ሕጻናት ውስጥ ዓይን አፋር የምትመስል ሴት ልጅ በመለስተኛ ደረጃ ት/ቤት የበለጠ የቃላት ትሆናለች፤ ነገር ግን ከጭንቀት ወይም ከጭንቀት ጋር መታገል ትጀምራለች።

ASD እንዴት ነው የሚመረመረው?

የደም ምርመራዎችን ወይም የአዕምሮ ምስሎችን ጨምሮ ASDን ለመመርመር ሊደረግ የሚችል የሕክምና ምርመራ የለም። ግን ለ (ASD) የግምገማ አካል ሆኖ መጠናቀቅ ያለባቸው በርካታ ግምገማዎች አሉ። አብዛኛዎቹ እነዚህ ፈተናዎች “መደበኛ” ወይም “የተረጋገጡ” ፈተናዎች በመባል ይታወቃሉ ጥሩ የሰለጠነ ሰው (ዶክተር ወይም የሥነ ልቦና ባለሙያ) ከግለሰብ ጋር ግንኙነት እንዲያደርጉ አንዳንድ በጣም የተለዩ የባህሪ ቅጦችን ይፈልጋሉ። ሌሎች ግምገማዎች ክሊኒካዊ ቡድኑ እንደ ASD ሊመስሉ የሚችሉ ወይም ከ ASD (እንደ ADHD) ጋር አብረው የሚመጡ ሌሎች በሽታዎችን ለማስወገድ ይረዳሉ። አንዳንድ ፈተናዎች ቡድኑ የድጋፎችን፣ የጣልቃገብነቶችን እና የግብ መቼቶችን ትክክለኛ አቅድ ለማረጋገጥ የግለሰቡን ጥንካሬ እና ድክመቶች እንዲረዳ ለመርዳት ጥቅም ላይ ይውላሉ።

ብዙውን ጊዜ ከተገመገመ ግለሰብ ጋር በቀጥታ የሚደረጉ የፈተናዎች ጥምር፤ እንዲሁም በወላጆች ሪፖርት ወይም በአስተማሪዎች/ተንከባካቢዎች/አሠሪዎች አስተያየት ላይ የተመሰረቱ ቃለመጠይቆች ይኖራሉ። ሁለቱም የመረጃ ዓይነቶች (ቀጥታ እና ቀጥተኛ ያልሆኑ) ምርመራ ለማድረግ አስፈላጊ ናቸው። ይህ ክሊኒካዊ ቡድኑ ጥሩ የሰነድ ግባር “ቅጽበታዊ ገጽ እይታ” እንዲሁም በቀጠሮ ጊዜ ሊመለከቷቸው የማይችሏቸውን ባህሪዎች ታሪክ እንዲያገኝ ይረዳቸዋል።



ASD መረዳት

ASD በአእምሮ አድገት ምክንያት የሚመጣ የአድገት አክል ነው። የ ASD ምልክቶች ገና በለጋ የልጅነት ጊዜ ውስጥ ይታያሉ (ምንም እንኳን እስከ በኋላ ላይ ምርመራ ባደረጉም) እና አንድ ሰው ከሌሎች ሰዎች ጋር የመገናኘት እና የመግባባት ችሎታ ላይ ጉልህ ተግዳሮቶችን ያጠቃልላል።

የኦቲዝም ስፔክትረም ዲስኦርደርን (ASD) ለመመርመር የሕክምና መመዘኛዎች Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) (በአእምሮ ሕመሞች የምርመራ እና ስታቲስቲካዊ መመሪያ፣ አምስተኛ አትም) ላይ የተመሠረተ ነው። ከቀዳሚው አራተኛ አትም ትልቅ ለውጥ ASD ከበርካታ ንዑስ ዓይነቶች (PDD-NOS, አስፐርገርስ ዲስኦርደር እና ኦቲስቲክ ዲስኦርደር) ሳይሆን አንድ ነጠላ ስፔክትረም ተደርጎ መወሰዱ ነው። የዚህ ለውጥ ምክንያት ባለፉት አሥርተ ዓመታት ውስጥ የተደረጉ ጥናቶች በእያንዳንዱ ንዑስ ዓይነት ውስጥ ያሉት ዋና ዋና ምልክቶች በትክክል ተመሳሳይ እና ከጊዜ ወደ ጊዜ እየጨመሩ መሄዳቸው ነው።

ምክንያቱም ASD የሚገለጸው በተለመደው ዋና ዋና ባህሪያት ስብስብ ነው፣ በምርጥ የሚወከለው እንደ ነጠላ ምርመራ ነው።

ከዚህ ለውጥ በፊት በማንኛውም አይነት ASD የተመረመረ ሰው አሁንም አዲሱን የ ASD መስፈርት ማሟላት እንዳለበት ማወቅ አስፈላጊ ነው።



የሚከተለው አንድ ልጅ የ ASD ምርመራ እንዲደረግ ማሳየት ያለበትን ምልክቶች ይገልጻል።

1 ከማህበራዊ መስተጋብር እና ግንኙነት ጋር ያሉ ችግሮች (በቅንብሮች ውስጥ)

- ማህበራዊ-ስሜታዊ ተገላቢጦሽ (ፍላጎቶችን ወይም ስሜቶችን መጋራት ፣ ዕቃዎችን መጠቀም ፣ ማህበራዊ ሁኔታዎችን ማነሳሳት ፣ የኋላ እና ወደፊት ውይይት)
- የቃል ያልሆኑ ግንኙነቶችን መጠቀም እና መረዳት (የዓይን ግንኙነት፣ የፊት መግለጫዎች፣ ምልክቶች፣ የሰውነት ቋንቋ፣ የቃል እና የቃል ያልሆኑ ጥረቶችን በማጣመር)
- የዕድሜ ዓይነተኛ ማህበራዊ ግንኙነቶችን መፍጠር እና ማቆየት (ለሌሎች ፍላጎት ማሳየት፣ ምናባዊ ጨዋታን መጋራት፣ ባህሪን ከሁኔታዎች ጋር በማመሳሰል ማስተካከል)

2 የተገደበ እና ተደጋጋሚ የባህሪ፣ የፍላጎቶች ወይም የእንቅስቃሴ ቅጦች (ከእነዚህ ውስጥ ሁለቱ ወይም ከዚያ በላይ)

- ተደጋጋሚ ንግግር፣ የሞተር እንቅስቃሴ፣ ወይም የነገሮችን አጠቃቀም (እጅ መቧጨር፣ ኢኮላሊያ፣ የነገሮችን የማይሰራ አጠቃቀም)
- ስለ ልማዶች ተለዋዋጭነት፣ ተደጋጋሚ የባህሪ ዘይቤዎች፣ ወይም ለለውጥ ጠንካራ ተቃውሞ (በተመሳሳይ የመንደራት መንገድ ላይ መቆም፣ ተደጋጋሚ ጥያቄ ወይም ከፍተኛ ጭንቀት በትንሽ ለውጦች)
- የተከለከሉ፣ ቋሚ ፍላጎቶች ባልተለመደ ሁኔታ ኃይለኛ ወይም ያተኮሩ (ከዕቃዎች ጋር መያያዝ፣ ከመጠን በላይ ጠባብ ወይም ፍላጎቶችን የሚያያዙ)
- ለስሜታዊ ግቢት ከመጠን በላይ ምላሽ መስጠት ወይም በአካባቢው የስሜት ህዋሳት ላይ ያልተለመደ ፍላጎት (ህመም/ሙቀት/ ቀዝቃዛ፣ የተለየ ድምጾች ወይም ሽካራነት፣ የነገሮችን ማሸተት ወይም መንካት፣ በብርሃን ወይም በሚሸከረከሩ ነገሮች መማረክ)

3 እነዚህ ችግሮች ገና በልጅነት ጊዜ ውስጥ መሆን አለባቸው (ነገር ግን ማህበራዊ ፍላጎቶች ከሰው አቅም በላይ እስኪሆኑ ድረስ ሙሉ በሙሉ ላይታዩ ይችላሉ)።

4 እነዚህ ችግሮች የዕለት ተዕለት እንቅስቃሴን ይገድባሉ እና ያበላሻሉ።

ሌሎች የ ASD ማረጋገጫ

የላቀ አስተሳሰብ

ASD ያላቸው ግለሰቦች አንድን ርዕሰ ጉዳይ ለመቆጣጠር በራሳቸው ውስጣዊ ፍላጎት በጣም ብሩህ እና ከፍተኛ ተነሳሽነት ሊኖራቸው ይችላል። አንዳንድ ጊዜ ከፍተኛ ፍላጎት አላቸው እና በእነዚያ አካባቢዎች ኤክስፐርቶች ሊሆኑ ይችላሉ። በአውቀት (ኮግኒቲቭ) ሙከራ ላይ በጣም ጠንካራ የሆኑት እንኳን በብዙ ቦታዎች ላይ አሁንም ከባድ ጊዜ ሊኖራቸው ይችላል፡-

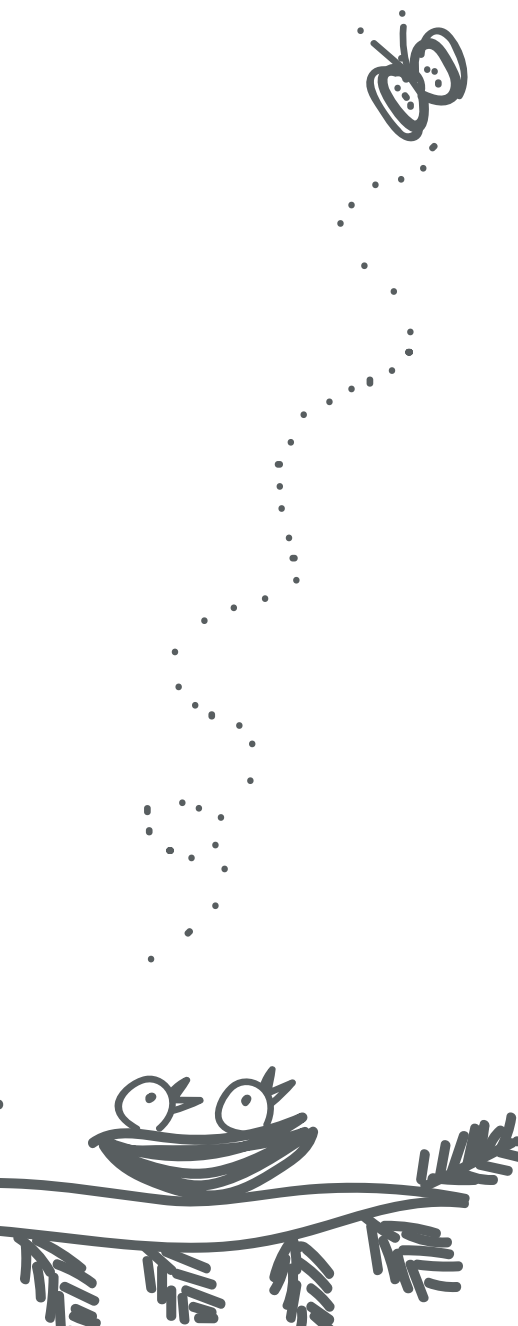
- ረቂቅ አስተሳሰብ
- ሙሉውን ምስል በማየት ላይ
- አስፈላጊ ያልሆነውን በማጣራት ላይ
- ድርጅት
- አቅድ ማውጣት
- ችግር ፈቺ
- የተማሩትን ነገር መውሰድ እና ወደ ሌላ መቼት መተግበር።

ዓለም አቀፍ የእድገት መዘግየት (GDD)

ይህ የምርመራ ውጤት ትንንሽ ልጆች በተለያዩ የሕይወታቸው ዘርፎች ሲዘገዩ (እንደ ተግባራት፣ ጥሩ የሞተር ክህሎቶች፣ ወይም የዕድሜ ዓይነተኛ የነጻነት ችሎታዎች ያሉ) ሲቀሩ ነው። ግለባል በቀላሉ ማለት መዘግየቱ በአብዛኛዎቹ የልጁ ችሎታዎች ላይ ሊታይ ይችላል ማለት ነው። ይህ ምርመራ ከስድስት አመት በታች ለሆኑ ህጻናት ነው።

የአእምሮ ጉድለት (ID)

አንድ ሰው ዝቅተኛ IQ (የአእምሮ ችሎታ መለኪያ) ካለው እና “የህይወት ክህሎቶች” ከስድስት አመት በኋላ በከፍተኛ ሁኔታ የሚዘገዩ ከሆነ፣ የአእምሮ ጉድለት ይባላል። ID ከ18 ዓመታቸው በፊት መታወቅ አለበት፣ እና በዕለት ተዕለት ኑሮአቸው (እንደ እራሱን መንከባከብ እና መግባባት ያሉ) እና ችግሮችን የማመዛዘን፣ የማቀድ እና የመፍታት አቅማቸው ከፍተኛ ውስንነት ያለባቸውን ሰዎች ያጠቃልላል።



ጭንቀት እና የመንፈስ ጭንቀት

አንዳንድ የ ASD ችግር ያለባቸው ሰዎች በጭንቀት እና/ወይም በመንፈስ ጭንቀት ይሰቃያሉ። ልጆች እያደጉ ሲሄዱ እና የበለጠ ማህበራዊ ግንዛቤ ሲኖራቸው ይህ በጣም የተለመደ ነው ማህበራዊ ተስፋዎች ከእድሜ ጋር ይጨምራሉ ስለዚህ ከእኩዮች ጋር ለመራመድ የበለጠ አስቸጋሪ ይሆናል። የዚህ ጭንቀት ከጊዜ ወደ ጊዜ ሊከማች እና አንድን ሰው ያለማቋረጥ እንዲጨነቅ ወይም ለተስፋ መቁረጥ እንዲጋለጥ ያደርገዋል የስሜት እና የችግር ባህሪ ለውጦች በጊዜ ሂደት ከቴራፒስቶች እና የመጀመሪያ ደረጃ ዶክተሮች ጋር መነጋገር አለባቸው።

የጀኔቲክ በሽታዎች

አንዳንድ ግለሰቦች አንድ ፍራጃይል X ሲንድሮም ያለ የጀኔቲክ መታወክ አካል ASD አላቸው። ሌሎች አንድ ዳውን ሲንድሮም ያለ ሌላ ሲንድሮም ያለው ASD ድርብ ምርመራ ሊኖራቸው ይችላል። ለጀኔቲክ ዲስኦርደር መሞከር የASD ምርመራ ላለባቸው ሰዎች አንድ ምርጥ ተሞክሮ ይቆጠራል። የ ASD ምርመራውን አይለውጥም፤ ነገር ግን አንድ ሰው ለምን እነዚህ ችግሮች እንዳሉት ለማብራራት ወይም ሌሎች የጤና ሁኔታዎች ክትትል ሊደረግባቸው እንደሚገባ ሊያመለክት ይችላል። እንዲሁም በቤተሰብ ምጣኔ እና በቤተሰብ ውስጥ ያሉ ሌሎች ለልጆቻቸው ሲንድሮም የመተላለፍ አደጋ ላይ ሊወድቁ እንደሚችሉ ለመረዳት ይረዳል።

የምግብ መፍጫ ሥርዓት እና የምግብ መፍጫ ሥርዓት ችግሮች

አንዳንድ የ ASD ችግር ያለባቸው ሰዎች የጨንፈር እና አንጀት (GI) ወይም የሆድ ችግሮችን እዳለባቸው ይናገራሉ። ASD ያለባቸው ልጆች እና ጎልማሶች አንዳንድ ጊዜ በጣም መራጨች ናቸው እና አንዳንድ ምግቦችን በአፋቸው ውስጥ ለመዋጥ ወይም ለመታገስ ሊችገሩ ይችላሉ። ASD ያለባቸው ልጆች አንድ ሥር የሰደደ የሆድ ድርቀት ወይም ተቅማጥ የመሳሰሉ ችግሮች ሊያጋጥሟቸው ይችላሉ። እነዚህ ችግሮች ቶሎ ቶሎ እንዲፈቱ ከሐኪም ጋር መነጋገር አለባቸው። ይህ ወደ የ GI ስፔሻሊስት ሪፈራል፤ የመመገብ/የመዋጥ ክሊኒክ ወይም አንድ የሙያ ቴራፒ ወይም የንግግር-ቋንቋ ቴራፒ ያሉ ደጋፊ ህክምናዎችን ሊያካትት ይችላል።

የአንቅልፍ ችግሮች

ብዙ የ ASD ችግር ያለባቸው ሰዎች አንቅልፍ የመተኛት እና/ወይም በምሽት የመተኛት ችግር አለባቸው። ይህ በመላው ቤተሰብ ላይ በጣም ከባድ ሊሆን ይችላል እርስዎ ወይም ልጅዎ በአንቅልፍ ላይ ችግር ካጋጠመዎት፤ ለመርዳት ማድረግ ስለሚችሉት ነገሮች ምናልባትም የባህሪ ጣልቃገብነት፤ የጤና ሕህክምና፤ ወይም የአንቅልፍ ጥናትን ጨምሮ ከሐኪም ጋር ይነጋገሩ።



የ ASD መንስኤ ምንድን ነው?

ሳይንቲስቶች የ ASD መንስኤ ምን እንደሆነ አያውቁም። የሚለውን ጥያቄ ለመመለስ ብዙ ጥናቶች እየተደረጉ ነው። መሳተፍ ከፈለጉ ለክሊኒካዊ ቡድንዎ ያሳውቁ። በሚቀጥሉት 20 ዓመታት ውስጥ የ ASDን ልዩነት እና በአለም ዙሪያ መገኘትን ለማስረዳት ብዙ ተጨማሪ መረጃዎች ሊኖሩ ይችላሉ። በአሁኑ ጊዜ በሰፊው ተቀባይነት ያላቸው አንዳንድ ነገሮች አሉ።

- ASD የሚፈጠረው አስምሮ በሚያድግበት መንገድ ነው፤ ምናልባትም ገና በእድገቱ መጀመሪያ ላይ ሊሆን ይችላል።
- የ ASD አንድም ምክንያት የለም። አንድ ልጅ ለASD እንዲጋለጥ የሚያደርጉ ብዙ ምክንያቶች ሊኖሩ ይችላሉ።
- ጂኖች ከአደጋ መንስኤዎች አንዱ ናቸው። ASD ብዙ ጊዜ በቤተሰብ ውስጥ ይሠራል። ወንድም ወይም እህት ወይም ወላጅ ያለው ASD ያለው ልጅም ለASD የመጋለጥ ዕድሉ ከፍተኛ ነው።

ASD የማያመጣው ምንድን ነው?

የ ASD መንስኤዎች አልተወሰኑም ነገር ግን አንዳንድ ነገሮች ተሰርዘዋል።

- ብዙ ትላልቅና ከፍተኛ ጥራት ያላቸው ጥናቶች ተደርገዋል፤ እና በክትባቶች እና በASD መካከል ምንም ግንኙነት አልተገኘም።
- መጥፎ የልጅ አስተዳደግ በአንድ ወቅት የASD መንስኤ እንደሆነ ይታሰብ ነበር። ይህ እውነት አይደለም።
- አንዳንድ ሰዎች በእርግዝና ወቅት አመጋገብ ምክንያት እንደሆነ ይጠይቃሉ፤ ነገር ግን ይህንን የሚደግፍ ምንም ጥናት የለም። በአለም ላይ ያሉ ብዙ ብሄረሰቦች ተመሳሳይ የASD መጠን አላቸው እና አመጋገባቸው በጣም የተለያየ ነው።

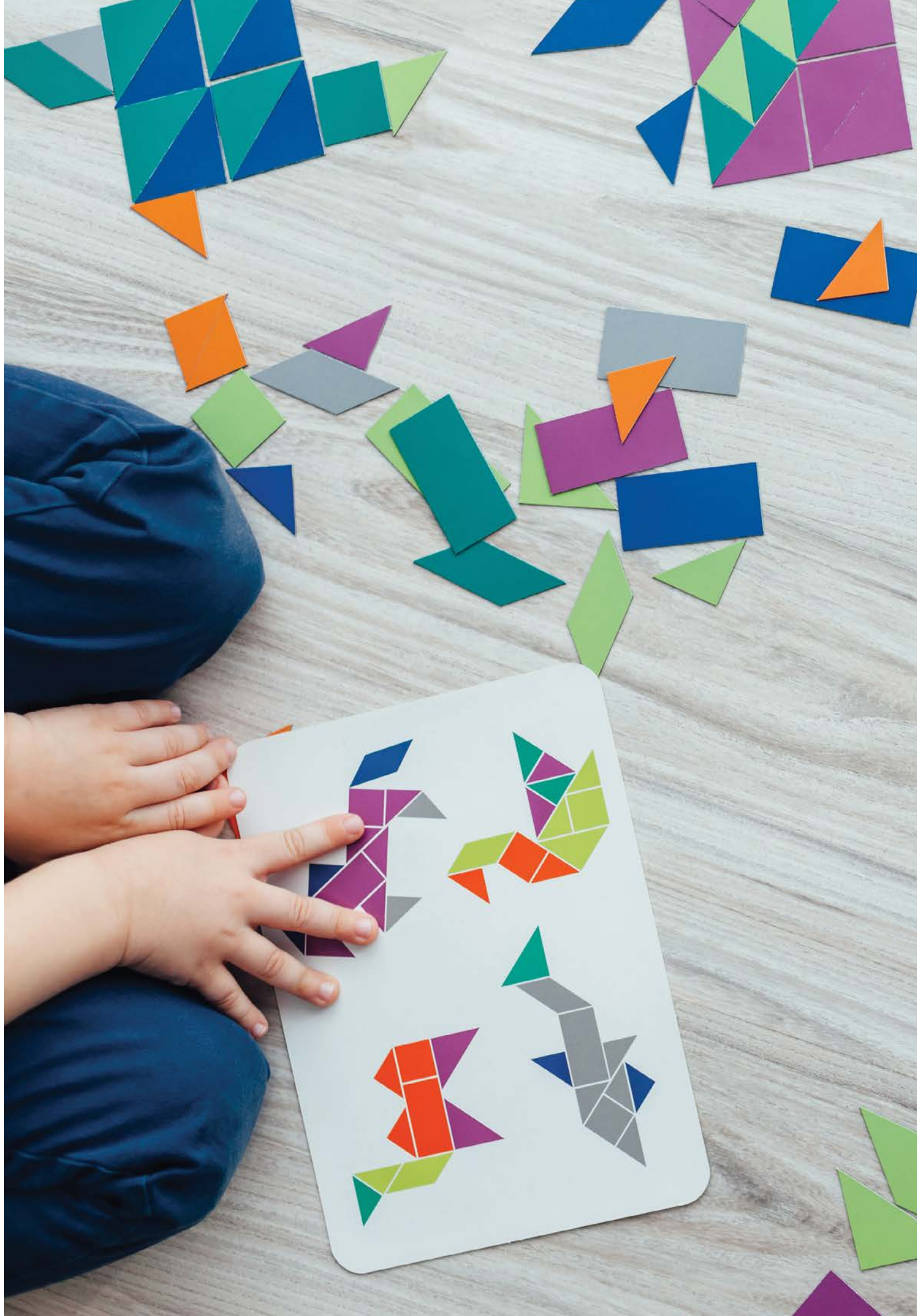


በ ASD የተያዙ ብዙ ልጆች ለምን አሉ?

Centers for Disease Control and Prevention (የበሽታ መቆጣጠሪያ እና መከላከያ ሚኒስቴር) እንደዘገበው በዩናይትድ ስቴትስ ውስጥ ከ68 ህጻናት ውስጥ 1 ያህሉ ASD አለባቸው። ይህ ቁጥር ባለፉት አስርት ዓመታት ውስጥ በከፍተኛ ደረጃ ጨምሯል። ይህ ለምን ሆነ?

- በ 1990ዎቹ Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) (የአዕምሮ ህመሞች የምርመራ እና ስታቲስቲካል ማኑዋል) ሲከለስ፣ ትርጉሙ ሆኖ ተብሎ ከድጋፍ ተጠቃሚ የሚሆኑ ብዙ ሰዎችን ለማካተት ተደረገ። ከዚህ ቀደም ብዙ ሰዎች ለምርመራው ብቁ ለመሆን በቂ "ከባድ" አይሆኑም ነበር። ቁጥሩ እየጨመረ የመጣበት ዋናው ምክንያት ይህ ነው።
- በተጨማሪም በምርመራው ዙሪያ ስለ ASD እና ብዙ ማህበራዊ መገለል ያለው ግንዛቤ አለ።
- ASDን ቀደም ብሎ ለመመርመር ለመመርመር እና ጣልቃገብነቶችን ለማቅረብ እና ድጋፎችን ለመስጠት ባለፉት አስርት ዓመታት ውስጥ ንቁ ጥረቶች ነበሩ።





የሕዝብ

አገልግሎቶች

ልደት-21 ዓመታት

ልዩ ትምህርት (0-መዓለም)

አንድ ልጅ የ ASD የሕክምና ምርመራ እንዳለው ከታወቀ በኋላ እሱ ወይም እሷ ለልዩ ትምህርት አገልግሎት ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ። Oregon ውስጥ የት/ቤት ዲስትሪክቶች የራሳቸው የብቃት መመዘኛዎች አሏቸው፤ ይህም አንዳንድ ጊዜ ከህክምና መመዘኛዎች የተለየ ሊሆን ይችላል። ይህ ግራ የሚያጋባ ሊሆን ስለሚችል የትምህርት ቡድኑን ጥያቄዎች ለመጠየቅ አትፍሩ። እንደ FACT Oregon ያሉ ጥያቄዎችን ለመመለስ የሚያግዙ ግዛት አቀፍ የወላጅ ድርጅቶችም አሉ። የፌደራል መንግስት ሁሉም አካል ጉዳተኛ ልጆች "ነጻ እና ተገቢ ትምህርት" እንዲያገኙ ያዛል።

እስከ መዋለ ህፃናት ድረስ ለተወለዱ ልጆች፣ አብዛኛው የትምህርት አገልግሎቶች በልጁ የአካባቢ የትምህርት አገልግሎት ዲስትሪክት (ESD) ይሰጣሉ።

- ከሶስት አመት በታች የሆኑ ህጻናት Early Intervention (EI) (የቅድመ ጣልቃ ገብነት) አገልግሎቶችን ይቀበላሉ (ብዙውን ጊዜ በቤት ውስጥ)።
- ከሶስት አመት እና ከመዋዕለ ህጻናት መካከል ያሉ ህጻናት Early Childhood Special Education (ECSE) (የቅድመ ልጅነት ልዩ ትምህርት) አገልግሎቶችን ይቀበላሉ (ብዙውን ጊዜ በቅድመ ትምህርት ቤት ክፍል ውስጥ)።

Early Intervention (EI) (ቅድመ ጣልቃ ገብነት) እና/ወይም Early Childhood Special Education (ECSE) (የቅድመ ልጅነት ልዩ ትምህርት) ብቁ ለሆኑ ትናንሽ ልጆች፣ የባለሙያዎች ቡድን እና የልጁ ወላጆች Individual Family Service Plan (IFSP) (የግለሰብ የቤተሰብ አገልግሎት ዕቅድ) ጋር አብረው ይሰራሉ። ይህ ህጻኑ በቤት እና በትምህርት ቤት የበለጠ ስኬታማ ለመሆን ስልቶችን እንዲማር የሚረዳው አቅድ ነው። ይህ አቅድ ህጻኑ በአሁኑ ጊዜ እንደት እየሰራ እንዳለ እና የሚተገባቸውን ግቦች ይጨምራል። ኢኬስዲዎች ሊያቀርቧቸው ከሚችሏቸው ነገሮች መካከል፡-

- የንግግር ሕክምና (ቋንቋን መናገር እና መጠቀም፣ መመገብ፣ ወዘተ።)
- የሙያ ቴራፒ (ስሜታዊ፣ ራስን መንከባከብ፣ ጥሩ የሞተር ችሎታዎች፣ ወዘተ።)
- አካላዊ ሕክምና (እንቅስቃሴ ወይም እንቅስቃሴ፣ አጠቃላይ የሞተር ክህሎቶች፣ ወዘተ።)
- የባህሪ ህክምና (ሽግግር፣ ጨዋታ፣ የባህሪ ደንብ፣ ወዘተ።)
- ለወላጆች እና ለቤተሰብ ሰልጠና
- ማህበራዊ ጨዋታ ቡድኖች

የቅድመ ጣልቃ ገብነት ፕሮግራሞች ከክልል ወደ ክልል በጣም ሊለያዩ ይችላሉ። አንዳንድ አገልግሎቶች በቤት ውስጥ ይሰጣሉ፤ ሌሎች ደግሞ በቅድመ ትምህርት ቤት ወይም በሌላ ቦታ በልጁ ፍላጎት እና በESD ህብቶች ላይ በመመስረት ሊሆኑ ይችላሉ።

የልዩ ትምህርት አገልግሎቶች (መዋዕለ ሕፃናት-እድሜ 21)

ዕድሜያቸው ከአምስት እስከ 21 ዓመት የሆኑ ልጆች በአካባቢያቸው የሕዝብ ትምህርት ቤት ዲስትሪክት የልዩ ትምህርት አገልግሎት ያገኛሉ። እነዚህ ፕሮግራሞች ሁል ጊዜ Individualized Education Program (IEP) (የግለሰብ የትምህርት ፕሮግራም) ያካትታሉ። ይህ ህጻኑ በትምህርት ቤት ስኬታማ እንዲሆን ምን እንደሚፈልግ ለመወሰን በትምህርት ቤት ባለሙያዎች እና በልጁ ወላጆች የተዘጋጀ ነው። IEP ትምህርት ቤቱ በቦታው እንዲኖረው የሚጠበቅበት አቅድ ነው፤ እና ለአዎንዳንዱ ብቁ አካል ጉዳተኛ ልጅ ይከተላል።

በትምህርት ቤት ዲስትሪክት ሊሰጥ የሚችለው የአገልግሎት ክልል በጣም ሰፊ ነው፤ እና በልጁ ፍላጎቶች ላይ የተመሰረተ ነው። አንዳንድ ልጆች አካል ጉዳተኛ ከሆኑ ልጆች ጋር ክፍል ውስጥ በመገኘታቸው ሊጠቅሙ ይችላሉ፤ ሌሎች ልጆች ደግሞ በመደበኛ የትምህርት ክፍል ውስጥ ቢቀሩ የተሻለ ሊያደርጉ ይችላሉ (እና አንዳንዶቹ ከሁለቱም ጥምረት የተሻለ ሊያደርጉ ይችላሉ።)

ወላጆች በልጃቸው ትምህርት ላይ በሚወሰኑት ውሳኔዎች ውስጥ መሳተፍ በጣም አስፈላጊ ነው። ወላጆች በትምህርት ሂደት ውስጥ እንደ እኩል አጋሮች መታየት አለባቸው። አንዳንድ ጊዜ ወላጆች ለልጃቸው በቡድኑ ውስጥ ላሉት ሌሎች አስተማሪዎች ግልጽ ሊሆኑ የማይችሉ የተለያዩ ምደባዎችን ወይም ጣልቃገብነቶችን መደገፍ አለባቸው።



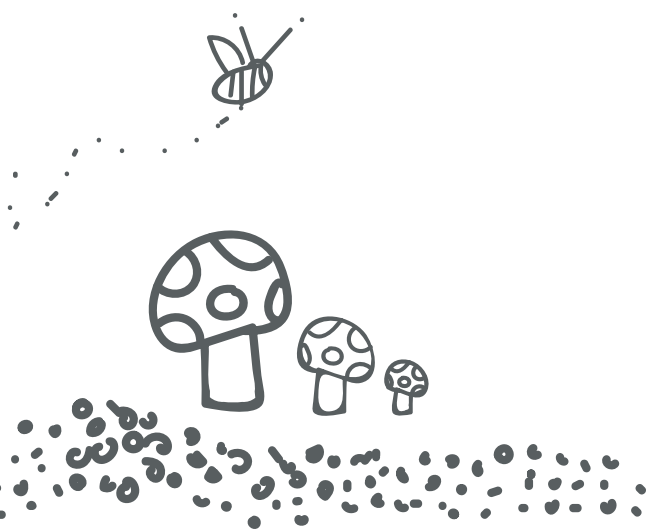
ወደ ጉልህና ሽግግር

አንድ ግለሰብ 18 ዓመት ሲሞላው፣ አካል ጉዳተኛ ቢሆንም ሕጋዊ አዋቂ ይሆናል። መታወቅ ያለባቸው አንዳንድ ለውጦች እዚህ አሉ።

1. **ህጋዊ - በኦቲዝም ስፔክትረም ላይ ባለው ሰው የድጋፍ ፍላጎቶች ላይ በመመስረት ወላጆች ወይም አሳዳጊዎች እንደ ሞግዚትነት፣ ጥበቃ እና/ወይም የውክልና ስልጣን ያሉ አዋቂ ልጃቸውን በተመለከተ ህጋዊ መሳሪያዎችን ማግኘት ሊያስፈልጋቸው ይችላል።** እነዚህ ጊዜ የሚወስዱ እና ለመተግበር ውድ ሊሆኑ ይችላሉ፤ ስለዚህ አዋቂ ልጅዎ 18 አመት ሳይሞላው እነዚህን መሳሪያዎች በደንብ መመርመር ይጀምሩ።
2. **ሕክምና -** በ18 ዓመቱ እና አንዳንዴም ቀደም ብሎ፣ አካል ጉዳተኛው የሕክምና መዝገቦችን ማግኘት ይቀጣጠራል። ከ18 አመት አድሜ በኋላ የአዋቂን ልጅ የህክምና መዝገቦችን ለማግኘት ወላጆች የጎልማሳ ልጃቸውን የጽሁፍ ፍቃድ ወይም መዝገቦችን የማግኘት የተለየ ህጋዊ መብት ያስፈልጋቸዋል።
3. **ማህበራዊ ዋስትና -** በ18 ዓመታቸው የገቢ እና የንብረት ብቁነት የሚወሰነው በአካል ጉዳተኛው ገቢ እና ንብረት ላይ ብቻ ነው እንጂ በቤተሰብ ገቢ እና ንብረት ላይ አይደለም። ምንም እንኳን የተለየ ህጋዊ እንደ ሞግዚትነት ያሉ መብቶችን ባይሰጥም ወላጅ እንደ ተወካይ ተከፋይ ሊመደብ ይችላል። SSI ወይም ሌላ የሶሻል ሴኩሪቲ ፕሮግራም የሚቀበል ሰው በተወሰኑ ሁኔታዎች ውስጥ ተቀጥሮ ሊሰራ ይችላል። ብዙ ፕሮግራሞች ስላሉ እና መስፈርቶቹ ውስብስብ ሊሆኑ ስለሚችሉ ለበለጠ መረጃ እባክዎን SSA ያግኙ። ስለ ሶሻል ሴኩሪቲ የአካል ጉዳት ፕሮግራሞች ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፡ www.ssa.gov/disabilityssi ይመልከቱ።
4. **ለአዋቂዎች የድጋፍ አገልግሎቶች -** በ18 ዓመቱ በኦቲዝም ስፔክትረም ውስጥ ያለው ሰው ወደ አዋቂ ድጋፍ አገልግሎት ይሸጋገራል፤ ይህም በካውንቲ Developmental Disability (DD) (የአድገት እክል) አገልግሎቶች በኩል ይቀጥላል ወይም በድለላ ድጋፍ አገልግሎቶች በኩል ይሰጣል። እነዚህ አገልግሎቶች የተነደፉት የአድገት እክል ያለበት ሰው በራሱ ቤት ወይም ከቤተሰብ ወይም ከጓደኞች ጋር እንዲኖር እና በማህበረሰብ ህይወት ውስጥ ሙሉ ተሳትፎ እንዲኖረው ለመርዳት ነው ስራን ጨምሮ።
 - a. ብቁ ለመሆን፣ ግለሰቡ የተረጋገጠ የዲዲ ምርመራ፣ አጠቃላይ አገልግሎቶችን እየተቀበለ እንዳልሆነ እና ለ DD አገልግሎቶች ብቁ መሆን አለበት። ለአካባቢያዊ የDD ፕሮግራም ቢሮዎች ዝርዝር ወደሚከተለው ይሄዱ፡ www.oregon.gov/DHS/dd/county/county_programs.shtml ወይም ወደ አካባቢያዊ County DD Program Office (የካውንቲ የDD ፕሮግራም ቢሮ) ይደውሉ ወይም ወይም 1-800-282-8096 ይደውሉ። አካል ጉዳተኛው የዲዲ አገልግሎቶች ከሌለው ከ 22 ኛው የልደት ቀን በፊት ለማመልከት ይሞክሩ ፣ ምክንያቱም በጣም ቀላል ነው።



- b. እንደ የመኖሪያ አገልግሎቶች፣ የቡድን ቤቶች እና የማደግ ቤቶች ያሉ አጠቃላይ አገልግሎቶች የ24 ሰዓት ድጋፎችን ስለሚሰጡ የተለያዩ ናቸው። ለአዋቂዎች የድጋፍ አገልግሎት መመዝገብ ሁሉን አቀፍ አገልግሎቶችን ወይም ASD ያለው ሰው ለወደፊት የሚፈልገውን ማንኛውንም አገልግሎት የማግኘት እድሎችን አይጎዳም።
 - c. የጎልማሳ ልጅዎ በካውንቲ DD አገልግሎቶች ወይም በደጋፊ ደላላ በኩል አገልግሎቶችን ማግኘት ይችላል። ይህ የአዋቂዎች አገልግሎቶች በድጋፍ ደላሎች በኩል ብቻ ሲሆኑ ካለፉት አመታት ለውጥ ነው። አገልግሎት የሚቀበለው ሰው በማንኛውም ጊዜ ከካውንቲ አገልግሎቶች ወደ ድለላ አገልግሎት (እና ወደ ኋላ) ለመዛወር ሊመርጥ ይችላል፤ ምንም እንኳን አንዳንድ ደላላዎች የተጠባባቂ ዝርዝር ቢኖራቸውም።
 - d. በደላላ በኩል አገልግሎቶች የሚቀርቡት በእርስዎ የግል ወኪል (PA) ነው። በካውንቲው በኩል ያሉ አገልግሎቶች የሚቀርቡት በእርስዎ የአገልግሎት አስተባባሪ (SC) ነው። አገልግሎቶቹ የሚቀርቡት በአዋቂዎች ፍላጎት ግምገማ መሰረት በፍላጎት ላይ በመመስረት ነው። ከዚያ ግለሰቡ በተቻለ መጠን በቤት ውስጥ እና በማህበረሰብ ውስጥ ራሱን ችሎ እንዲሰራ ለመርዳት የግለሰብ ድጋፍ አቅድ (ISP) ይዘጋጃል። አገልግሎት የሚቀበለው ሰው በማንኛውም ጊዜ PA ወይም SC መቀየር ይችላል።
 - e. አንድ አዋቂ ሰው ወላጆቹን እንደ የግል ድጋፍ ሰጭ ስራተኞች ሊቀጥር ይችላል ነገር ግን የጥቅም ግጭት ስለሆነ ወላጅ የአካል ጉዳተኛ ህጋዊ ሞግዚት ከሆነ አይሆንም። ይልቁንስ ያንን ውሳኔ ለማድረግ ሶስተኛ አካል መሾም ይኖርበታል።
5. ትምህርት - በኦቲዝም ስፔክትረም ውስጥ ያለው ሰው በመደበኛ ሁለተኛ ደረጃ ዲፕሎማ ከተመረቀ፣ ከአሁን በኋላ ትምህርታዊ አገልግሎቶች አይገኙም። ነገር ግን፣ በተሻሻለ ዲፕሎማ መመረቅ ማለት ግለሰቡ 21 ዓመት እስኪሞላቸው ድረስ ለሽግግር አገልግሎት ብቁ ይሆናል ማለት ነው።



6. Vocational Rehabilitation (የሙያ ማገገሚያ) - ይህ አካል ጉዳተኞች ተገቢውን ሥራ እንዲያገኙ እና እንዲቀጥሉ የሚያግዝ የግዛት ኤጀንሲ ነው። Voc Rehab በኩል እርዳታ ለማግኘት ብቁ ለመሆን ሰውዬው ለዲዲ አገልግሎቶች ብቁ መሆን የለበትም። Voc Rehab ቢሮዎች ዝርዝር፣ ይመልከቱ፡ www.oregon.gov/DHS/Offices/Pages/Vocational-Rehabilitation.aspx

የተወሰደ መረጃ ከ፡- A Road Map to Support Services for Adults, 3rd Edition (የአዋቂዎች አገልግሎቶች ድጋፍ መስጫ ፍኖተ ካርታ) የ DRO፣ OCDD፣ Oregon DHS - አረጋውያን እና አካል ጉዳተኞች የትብብር ፕሮጀክት።

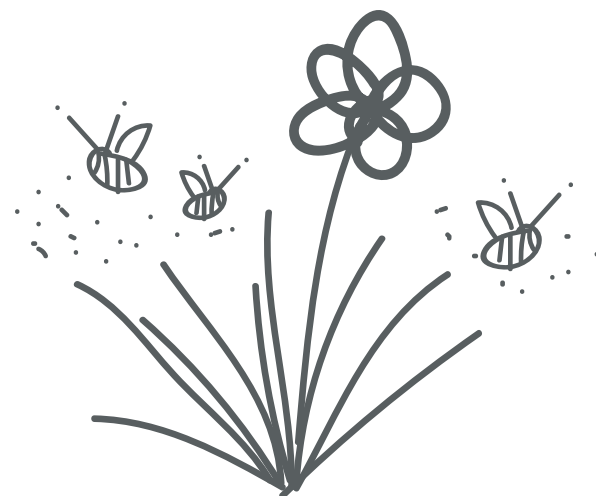
ASD an Introduction for Parents: A Guide to Oregon's Human Services System (ASD ለወላጆች መግቢያ፡- የኦሪገን የሰብአዊ አገልግሎት ስርዓት መመሪያ።) የታተመው በ፡ Oregon Technical Assistance Corporation (የኦሪገን የቴክኒክ ድጋፍ ኮርፖሬሽን)

ከ18 ዓመት በታች ለሆኑ ህጻናት ምን ዓይነት አገልግሎቶች ይገኛሉ?

ለቤተሰብ ድጋፎች

በኦሪገን ውስጥ ያለ እያንዳንዱ ካውንቲ ቤተሰቦችን በአረፍት፣ በስልጠና እድሎች እና በልዩ ትምህርት ያልተሰጡ ሌሎች መሰረታዊ እርዳታዎችን የሚረዳ ፕሮግራም አለው። ይህ ድጋፍ County Developmental Disabilities Program (የካውንቲ የዕድገት አክሎች ፕሮግራም) ነው የሚሰራው። በዚህ ፕሮግራም ስር እርዳታ ለማግኘት ብቁ ለመሆን ልጅዎ የኦሪገንን "በልማት ጉዳተኛ" የሚለውን ትርጉም ማሟላት አለበት። ልጅዎ ASD እንዳለበት የሚያሳዩ የትምህርት ቤት ፈተና ውጤቶች እና/ወይም የዶክተር ሪፖርቶች ያስፈልጉዎታል። ፕሮግራሙ በሁሉም የገቢ ደረጃዎች ላሉ ቤተሰቦች ክፍት ነው።

የጉዳይ አስተዳዳሪዎች ልጅዎን በቤት ውስጥ ለመንከባከብ የሚያስፈልገዎትን የአረፍት እና የስልጠና ዓይነት እንዲያስቡ ሊረዱዎት ይችላሉ። በዚህ ውስጥ ትልቅ ሚና ይጫወታሉ - እርዳታ የት እና መቼ እንደሚፈልጉ እና ምን ዓይነት ይወስናሉ የጉዳይ አስተዳዳሪዎች የሚያገኙትን እርዳታ ያስተባብራሉ እና ይቆጣጠራሉ። ያስታውሱ፣ ፕሮግራሙ ትንሽ እና ምናልባትም ሁሉንም ፍላጎቶችዎን ሊያሟላ አይችልም። ግን ሊጀምር ይችላል።



ከፍተኛ የቤት ውስጥ አገልግሎቶች (ከ 18 አመት በታች ለሆኑ ህጻናት)

በአደገኛ ባህሪ እና/ወይም በህክምና ችግሮች ምክንያት ልጅዎ ከፍተኛ ክትትል ወይም ጣልቃገብነት የሚያስፈልገው ከሆነ፤ የእርስዎ ካውንቲ ለከፍተኛ የቤት ውስጥ አገልግሎቶች የስቴት ፕሮግራም ሊልክዎ ይችላል። ይህ ፕሮግራም ቤተሰባቸው በግል እንክብካቤ፤ የደህንነት ማሻሻያ፤ ስልጠና፤ የባህሪ ምክክር እና ተመሳሳይ ክሊኒካል ጋር በተያያዙ ፍላጎቶች ላይ ከፍተኛ እገዛ ካላገኙ በስተቀር እቤት ውስጥ ሊቆዩ ለማይችሉ ልጆች ነው። የልጁን አስቸጋሪ ባህሪያት እና/ወይም የህክምና ጉዳዮች ክብደት የሚገመግም የማረጋገጫ ዝርዝር ብቁነትን ይወስናል። ወደዚህ ፕሮግራም ለመግባት ቀላል አይደለም እና ሊገለገሉ የሚችሉ የልጆች ብዛት ገደብ አለ። ነገር ግን ያስፈልገዎታል ብለው ካሰቡ፤ እንዲታሰብበት የካውንቲዎን የእድገት አካል ጉዳተኞች ጉዳይ አስተዳዳሪን ይጠይቁ።

ችግር/ክቤት ውጭ ምደባ (ከ 18 አመት በታች ለሆኑ ህጻናት)

ልጅዎ በችግር ውስጥ ከሆነ እና በቤት ውስጥ መኖር ካልቻለ፤ የካውንቲ እና የክልል/ግዛት ምደባ ስፔሻሊስቶች ለልጅዎ ጊዜያዊ የማደግ ቤት ወይም የቡድን ቤት ለማግኘት ከእርስዎ ጋር ሊሰሩ ይችላሉ። አንዳንድ ልጆች ለተወሰኑ ሳምንታት በምደባ ሁኔታ ውስጥ ናቸው፤ ሌሎች ለረጅም ጊዜ፤ በልጁ እና በቤተሰቡ ሁኔታ ላይ በመመስረት። በስቴት ውስጥ የASD እና ሌሎች የእድገት እክል ያለባቸው ልጆች አገልግሎት የሚሰጡ የማደግ እና የቡድን ቤቶች ቁጥር ውስን ነው። (Oregon ASD ላለባቸው ልጆች የተለየ ተቋም ወይም የመኖሪያ የሕዝብ ትምህርት ቤት የለውም)። የእርስዎ ካውንቲ አንዳንድ የቀውስ ማሳደጊያ ቤቶች ሊኖሩት ይችላል ነገር ግን ምናልባት ወደ የስቴት ፕሮግራም ለህጻናት ቀውስ አገልግሎቶች ይልክዎታል። እንደ አለመታደል ሆኖ፤ ልዩ ምደባዎቹ ለቤተሰብ ቤት ቅርብ ላይሆኑ ይችላሉ።

ከስቴት ጋር ህጋዊ ስምምነት ያስፈልጋል። Developmental Disabilities Child Placement Agreement (የዕድገት እክሎች የህጻን ምደባ ስምምነት) ይባላል። እንዲሁም፤ በምደባ ወቅት ቤተሰቦች ከልጆቻቸው ጋር የሚቆዩበትን መንገድ የሚያካትት አቅድ ይጻፋል። ቤተሰቦች Oregon Program for Seniors and People with Disabilities (SPD) (የኦሪገን የአረጋውያን እና የአካል ጉዳተኞች ፕሮግራም) ለልጆቻቸው የኤስኤስኤ ጥቅማጥቅሞች ከፋይ መፍቀድ አለባቸው (ከዚህ በታች ይመልከቱ) ልጁ በአሁኑ ጊዜ SSI ካልተቀበለ፤ ፕሮግራሙ በልጁ ስም ለእነዚህ ጥቅሞች ማመልከት አለበት። የቦታው ዋጋ ለቤተሰቦች አይከፈልም፤ ሆኖም ይህ ወደፊት ሊለወጥ ይችላል። ቤተሰቦች ለልጃቸው ልብስ መስጠት እና የጤና መድን እንዲይዙ ይጠበቅባቸዋል። SPD የቤተሰቡን የጤና መድህን ለማሟላት ለህክምና ካርድም ማመልከት አለበት።



Supplemental Security Income (SSI) (ተጨማሪ የደህንነት ገቢ)

SSI የአካል ጉዳተኛ ወይም ሥር የሰደደ ሕመም ላለባቸው እና ቤተሰቦቻቸው ትንሽ ወይም ምንም የገቢ ወይም የገንዘብ ምንጭ ለሌላቸው ልጆች በ Medicaid በኩል የገቢ እና የሕክምና መድኃኒት የሚሰጥ የፌዴራል ፕሮግራም ነው። ቤተሰብዎ ለ Medicaid ብቁ ከሆነ ልጅዎ ለ SSI ክፍያዎች ብቁ ሊሆኑ ይችላሉ። ለ SSI ማመልከት ፈታኝ እና ውስብስብ ሊሆን ይችላል፤ ነገር ግን ሊደረግ ይችላል። ለበለጠ መረጃ የካውንቲዎን Mental Health and Developmental Disabilities Services Office (የአክሱም ጤና እና የእድገት እክል አገልግሎት ቢሮ) ያነጋግሩ።

Oregon's Program for Seniors and People with Disabilities (የኦሪገን የአረጋውያን እና የአካል ጉዳተኞች ፕሮግራም) ከአረፍት እንክብካቤ እና ቴክኒካዊ ምክክር እስከ ከፍተኛ የቤት ውስጥ እርዳታ፣ የአረጋ ጊዜ ጣልቃ ገብነት እና ከቤት ውጭ ምደባ ድረስ አገልግሎቶችን ይሰጣል። ASD ላለባቸው ግለሰቦች የተለየ የተለየ ፕሮግራም የለም። በምትኩ፣ አገልግሎቶች የሚቀርቡት በካውንቲ እና በግዛት ፕሮግራሞች የእድገት እክል ያለባቸውን ሰዎች በሚያገለግሉ ነው።

ልጅዎ ከ18 ዓመት በታች ከሆነ፣ Program for Seniors and People with Disabilities (ከአካውንቲዎች እና አካል ጉዳተኞች ፕሮግራም) ምንም ዓይነት አገልግሎት የማግኘት “መብት” እንደሌለ መረዳት በጣም አስፈላጊ ነው። ከልዩ ትምህርት በተለየ አካል ጉዳተኛ ልጆች ህዝባዊ ትምህርት የማግኘት ህጋዊ መብት ካላቸው፣ አካል ጉዳተኛ ለሆኑ ልጆች አገልግሎት የሚፈልግ ህግ የለም - ብቁ ቢሆንም።

አገልግሎቶቹ በአጠቃላይ በችግር ሁኔታዎች ውስጥ በሚገኙ ገንዘቦች ብቻ የተገደቡ ናቸው። ነገር ግን፣ ባለፉት ጥቂት አመታት ከ18 ዓመት በታች ለሆኑ አካል ጉዳተኛ ልጆች እና ቤተሰቦቻቸው የሚሰጠው አገልግሎት ተስፋፋይ እና ተሻሽሏል። አሁን እቤት ውስጥ አካል ጉዳተኛ ልጆችን ለሚንከባከቡ ቤተሰቦች ተጨማሪ እርዳታ አለ እና ብዙ ዶላሮች በቤተሰብ ውስጥ ቀውስን እና “ቃጠሎን” ለመከላከል።

የልጅዎ ዕድሜ ምንም ይሁን ምን፣ የአገልግሎቶች “በር” የአካባቢ ካውንቲ Developmental Disabilities Program (የእድገት እክል ፕሮግራም) ነው። ብዙውን ጊዜ በካውንቲ Mental Health Department (የአክሱም ጤና ዲፓርትመንት) ውስጥ ይገኛል (የስቴት እና የአካባቢ ልማት የአካል ጉዳት አገልግሎቶችን ይመልከቱ)። ልጅዎ ለአገልግሎቶች ብቁ መሆኑን ለማየት በእርስዎ ካውንቲ ውስጥ ያሉ የጉዳይ አስተዳዳሪዎች (አንዳንድ ጊዜ አገልግሎት አስተባባሪዎች ይባላሉ) ከእርስዎ ጋር ይነጋገራሉ።

- ልጅዎ ከ18 ዓመት በታች ከሆነ፣ የጉዳይ አስተዳዳሪው ምን ዓይነት እርዳታ እንደሚፈልጉ ለመወሰን እና የአገልግሎት አማራጮችን ለማዘጋጀት ይረዳል።
- ልጅዎ ዕድሜው 18 ወይም ከዚያ በላይ ከሆነ፣ የጉዳይ አስተዳዳሪው ከልጅዎ እና እርስዎ አማራጮችን ለመለየት እና ያሉትን አገልግሎቶች ለማግኘት አብሮ ይሰራል።





ASDን ማከም፡ በተደጋጋሚ የሚመከሩ ሕክምናዎች

መግባባት፣ ንግግር እና ቋንቋ

የኦቲዝም ዋና ዋና ነገሮች አንዱ የግንኙነት፣ የንግግር እና የቋንቋ አድገት ነው። አንዳንድ ግለሰቦች ቅድመ ቃል ሊሆኑ ይችላሉ፤ ሌሎች ደግሞ በደንብ ሊናገሩ ይችላሉ ነገር ግን ደካማ የማህበራዊ የንግግር ችሎታ አላቸው። ኦቲዝም ያለባቸው ሰዎች ቋንቋ የሚጠቀሙበት ደረጃ ምንም ይሁን ምን፣ ሁሉም በተወሰነ ደረጃ የማህበራዊ ግንኙነት ተግዳሮቶች ይኖራቸዋል። የንግግር እና የቋንቋ ህክምና በ 18 ወራት እድሜ ሊጀምር ይችላል። በዚህ አካባቢ አንዳንድ የተለመዱ ችግሮች፡-

- በፍፁም አይናገርም።
- ጥያቄዎችን ለመመለስ ወይም ታሪክን ለመናገር መቸገር
- በንግግር ውስጥ የተገላቢጠሽ አጥረት ("ወደ ኋላ እና ወደ ፊት")
- ከተፈጥሮ ውጪ የሆነ የድምጽ ቃል ("prosody") ወይም ያልተለመዱ የድምጽ ድምፆችን መጠቀም
- ሌላ ሰው የሚናገረውን መድገም ("echolalia")
- ረቂቅ ትርጉሞችን ወይም ቃላትን ከአውድ ውጭ የመረዳት ችግር
- ደካማ አጠቃቀም እና የአይን ግንኙነት፣ የሰውነት ቋንቋ/የንግግር-ያልሆኑ ምልክቶችን መረዳት
- የተሸመዱ ቃላትን ወይም ሀረጎችን በተዛባ መልኩ መድገም፣ አንዳንዴም በወውደ-ጽሑፍ

የንግግር ቋንቋ ፓቶሎጂስት (SLP) በንግግር፣ በቋንቋ እና በመግባባት፣ በንግግር-አልባ ግንኙነት እና አንዳንዴም በመመገብ ላይ ለመስራት የሰለጠኑ ናቸው። በብዙ ጉዳዮች ላይ ሊረዱ ይችላሉ ለምሳሌ፡-

- እርዳታ በመጠየቅ እና በአግባቡ መቃወም
- ጨዋታን ማስጀመር እና ማቆየት።
- ግንኙነቶችን ለመገንባት የሚረዳ የንግግር ችሎታ
- የቃል እና የቃል ያልሆኑ ምልክቶችን ማወቅ

- ለተወሰኑ ግንኙነቶች ተስማሚ ጊዜዎችን መግር (ጤና ይስጥልኝ፣ ደህና ሁን፣ ወዘተ።)
- ተጨማሪ እና አማራጭ ግንኙነት (AAC)፡ ለማይናገር ልጅ በተለያዩ ስርዓቶች የምስል ልውውጥ ግንኙነት ስርዓት (PECS)፣ ኮምፒውተር፣ የደብዳቤ ስሌዳዎች እና ታብሌቶች።

የሙያ ሕክምና

ASD ያለባቸው ግለሰቦች ብዙውን ጊዜ ከሙያ ሕክምና (OT) ሊጠቀሙ ይችላሉ። የሙያ ቴራፒስት ከሰዎች ጋር በአኗኗር “ሙያ” (ማለትም መጨመት እና ለልጆች ትምህርት ቤት) ችሎታቸውን ለማሳደግ ይሰራል። የ ASD ያለበትን ሰው በተለመደው የዕለት ተዕለት ኑሮ (ምግብ፣ እንክብካቤ፣ ደህንነት፣መጨመት፣መፃፍ፣ትምህርት ቤት ወይም ስራ መሄድ ወዘተ) ሙሉ በሙሉ እንዲያሳተፍ የሚከለክሉትን ነገሮች ለመለየት ይረዳሉ።

ብዙ ASD ችግር ያለባቸው ሰዎች የሰሜን ህዋሳት መረጃን በማዘጋጀት ላይ ችግር አለባቸው ወይም በዙሪያቸው ያለውን መረጃ ውጤታማ በሆነ መንገድ (ንክኪ፣ ማሽተት፣ እይታ፣ ድምጽ) መውሰድ ይችላሉ። ለምሳሌ፣ በታላቅ ድምፅ ወይም በቆዳቸው ላይ ያለው ሰሜን ሊዋጥባቸው ይችላል። ይህ ባህሪያቸውን፣ ትኩረታቸውን እና ስሜታቸውን ለመቆጣጠር አስቸጋሪ ያደርገዋል። የሰሜን ህዋሳት ውህደት (SI) ቴራፒ እነዚህን ጉዳዮች ይመለከታል፣ እና OT አብዛኛውን ጊዜ በዚህ አካባቢ የሕክምና እቅዶችን በማውጣት የሚሳተፈው ዋና ልዩ ባለሙያ ነው።

- OT ለትምህርት አድሜ ያላቸው ህጻናት በት/ቤት የሚቀበሉት የተለመደ ህክምና ነው።
- በቤት ውስጥ በክሊኒክ ውስጥ ወይም በማህበረሰብ ውስጥ ሊከሰት ይችላል።
- ይህ ሕክምና በጣም ግለሰባዊ እና በእያንዳንዱ ሰው ፍላጎት ላይ የተመሰረተ ነው።

OT ምን ሊያደርግ እንደሚችል አንዳንድ ምሳሌዎች፡-

- የእጅ ዓይን ማስተባበርን የሚጨምሩ ጨዋታዎችን ያቅዱ
- የማስኬድ ችሎታን ለማሻሻል የሰሜን ህዋሳትን ያስተካክሉ (በጣም ጫሆ ከሆነ የጆሮ ማዳመጨዎችን መልበስ)

- አካባቢን በቴክኖሎጂ ወይም በተለያዩ መሳሪያዎች ቀይር (ለመፃፍ የእርሳስ መያዣን እንደመጠቀም ወይም ለስላሳ ልብስ መልበስ ቀላል ሊሆን ይችላል)
- ብዙ ጊዜ OT ማወዛወዝ፣ ትራምፖላይን እና ሌሎች የልጆች አካላዊ እንቅስቃሴን የማካተት መንገዶችን ያጠቃልላል

አካላዊ ሕክምና

የሞተር ክህሎቶች አንድ ሰው አንድን ሥራ ለመሥራት ሰውነታቸውን ለማንቀሳቀስ በሚችልበት መንገድ ላይ ተጽዕኖ ያሳድራሉ። አንዳንድ ጊዜ ሶፊትም ያለባቸው ግለሰቦች የሞተር ችሎታቸው አነስተኛ ነው። ጉዳዩ ይህ ከሆነ፣ አካላዊ ሕክምና (PT) ሊረዳ ይችላል። አካላዊ ቴራፒስት አንድ ሰው ለዕለት ተዕለት እንቅስቃሴዎች የሚያስፈልጉትን ጡንቻዎች፣ ሚዛን እና ቅንጅትን እንዲያዳብር ለመርዳት በአካላዊ ውስንነቶች ላይ ይሰራል።





የባህሪ ህክምና

የተተገበረ የባህሪ ትንተና (ABA)

ABA ለASD በጣም የተደገፈ ጣልቃ ገብነት ነው እና በጥናት ላይ የተመሰረተ ነው። ABA በዕለት ተዕለት ሁኔታዎች ውስጥ በሳይንስ ላይ የተመሰረተ የባህሪ መርሆዎችን መጠቀም ነው። ABA ቴራፒ የተለያዩ ባህሪያትን ለመጨመር ወይም ለመቀነስ የሚረዱ ግቦች ላይ ይሰራል። ለምሳሌ፣ አንድ ቤተሰብ የልጁን የምግብ ፍጆታ ለመጨመር ሊፈልጉ ይችላሉ፤ እና የጭንቅላት ግርፋትንም ይቀንሳል። ዲላማ ለማድረግ በጣም የሚረዱ የትኞቹ ባህሪዎች በተለየ ሁኔታ ላይ ይወሰናሉ። ሁሉም የ ABA ፕሮግራሞች ተመሳሳይ ክፍሎችን ይጋራሉ፤ ይህም ልዩ ትምህርት፣ የወላጆችን ተሳትፎ እና የማስተማር ችሎታን ጨምሮ በቤት፣ በትምህርት ቤት እና በሌሎችም ቦታዎች ጥቅም ላይ ሊውሉ ይችላሉ። ABA ተጨዋች እና ለልጆች አነሳሽ መሆን አለበት።

- ABA አንድ ሰው በዕለት ተዕለት ሕይወት ውስጥ በከፍተኛ ደረጃ እንዲሠራ ክህሎቶችን ለማዳበር ይረዳል። ABA ብዙውን ጊዜ በቋንቋ፣ በጨዋታ፣ በባህሪ ትኩረት እና መማር መቻልን ለማሳደግ ይጠቅማል።
- በሁሉም እድሜ ያሉ ሰዎች ከ ABA ሊጠቀሙ ይችላሉ፣ ምንም እንኳን አንዳንድ ጥናቶች እንደሚጠቁሙት ይህ አቀራረብ ቀደም ብሎ ጥቅም ላይ እንደዋለ፣ የተሻለ ነው።
- ABA ለሁሉም አይነት የባህሪ ፍላጎቶች የሚያገለግል ህክምና ነው፤ ASD ባለባቸው ሰዎች ያጋጠማቸው ብቻ አይደለም።

የሚከተሉት አካሄዶች እንዲሁ በABA ሳይንስ ላይ የተመሰረቱ ናቸው፡

- ቀደምት ጅምር ዴንቨር ሞዴል (ESDM)
- የወላጅ ምላሽ ሕክምና (PRT)
- የግንኙነት ልማት ጣልቃገብነት (RDI)
- የወለል ጊዜ ወይም የእድገት የግለሰብ ልዩነት ግንኙነት (DIR)
- የኦቲስቲክ እና ተዛማጅ ግንኙነት (TEACCH) ሕክምና እና ትምህርት
- ልዩ የሙከራ ትምህርት (DTT)

የአውቀት (ኮግኒቲቭ) ባህሪ ሕክምና (CBT)

CBT በልጆችና በሳልማሶች ላይ የሚያጋጥሟቸውን ችግሮች ለማከም ውጤታማ የሆኑ በደንብ የተጠኑ ቴክኒኮችን ቡድን ያመለክታል። CBT ጭንቀትንና የስሜት መቃወስን ለማከም፣ ጭንቀትንና ቁጣን መቆጣጠርን ለማስተማር እና የግለሰቦችን ችሎታዎች ለማሻሻል ጥሩ ይሰራል። የCBT ዓላማ ሰዎች ስሜቶች፣ ሃሳቦች እና ባህሪያት እንዴት እንደሚዛመዱ እንዲያውቁ መርዳት ነው። CBT ሰዎችን እንዴት የማይጠቅሙ እምነቶችን ለይተው ማወቅ እንደሚችሉ እና የበለጠ አወንታዊ የባህሪ ቅጦችን እንዴት ማዳበር እንደሚችሉ ያስተምራቸዋል። ሕክምናው በተለምዶ በችሎታ ላይ የተመሰረተ ነው፤ እና ለልጆች ንቁ የቤተሰብ ተሳትፎን ያካትታል።

- CBT በቂ የቃል ችሎታ ላላቸው እና ስለ ሃሳባቸው እና ባህሪ የማሰብ ችሎታ ላላቸው ASD ላለባቸው ግለሰቦች ይረዳል።
- የእይታ መርጃዎችን መጠቀም እና የግለሰብን ልዩ ፍላጎቶች ወደ ቴራፒ እንቅስቃሴዎች ማካተት ብዙ ጊዜ ጠቃሚ ነው።
- ፈቃድ ያላቸው የአእምሮ ጤና ባለሙያዎች ሳይኮሎጂስቶችን፣ ክሊኒካዊ ማህበራዊ ስራተኞችን፣ ሳይካትሪስቶችን እና ሙያዊ አማካሪዎችን ጨምሮ CBT ሊሰጠው ይችላል።
- CBT በተናጥል ወይም በቡድን ሊከናወን ይችላል። CBT ብዙውን ጊዜ ማህበራዊ ግንኙነትን እና ማህበራዊ አስተሳሰብን ለማሻሻል የታለመ ቴራፒዩቲክ ማህበራዊ ችሎታ ቡድኖች ትልቅ አካል ነው።

የሚከተሉት የሕክምና ዘዴዎች የ Cognitive-Behavioral ቲዎሪ ገጽታዎችን በሚገባ ያካትታሉ፡

- የዲያሌክቲክ ባህሪ ሕክምና (DBT)
- የወላጅ እና የልጅ መስተጋብር ሕክምና (PCIT)
- በአእምሮ ላይ የተመሰረተ CBT



ሌሎች ደጋፊ ህክምናዎች እና ጣልቃገብነቶች

ሙዚቃ፣ ጥበብ፣ መላመድ የአካል ብቃት እንቅስቃሴ እና የእንስሳት ሕክምና፡- ASD ሕክምና ገና በደንብ ያልተመረመሩ ብዙ ሕክምናዎች አሉ ነገር ግን ጠቃሚ ሊሆኑ ይችላሉ። እነዚህ ሕክምናዎች ማህበራዊ ክህሎቶችን መደገፍ፣ በራስ መተማመንን ማሳደግ እና በራስ መተማመንን ማሳደግ፣ የሞተር ክህሎቶችን ማዳበር እና ASD ላለበት ሰው አጠቃላይ የህይወት ጥራትን ማሻሻል ይችላሉ።

በሐኪም የታዘዙ መድሃኒቶች

ASDን ለማከም የተነደፈ በሐኪም የታዘዘ መድኃኒት የለም፤ ነገር ግን አንዳንድ መድሃኒቶች እንደ ከመጠን በላይ እንቅስቃሴ፣ ትኩረት አለማድረግ፣ ጠበኝነት፣ ጭንቀት፣ ድብርት፣ የእንቅልፍ መዛባት እና የስሜት መለዋወጥ የመሳሰሉ ተያያዥ ምልክቶችን በብቃት ማከም ይችላሉ። በሐኪም የታዘዙ መድኃኒቶችን እንደ ሕክምና አካል የማካተት ዓላማ ብዙውን ጊዜ ጣልቃ የሚገቡ ምልክቶችን ለመቀነስ ነው ስለዚህ አንድ ሰው ለሌሎች የሕክምና ዓይነቶች ወይም የትምህርት እድሎች የተሻለ ምላሽ መስጠት ይችላል። ማንኛውንም ተዛማጅ መስተጋብር ወይም የጎንዮሽ ጉዳቶችን ለመከታተል ከPCPም ጋር ስለማንኛውም የባህርይ ለውጥ መወያየት እና ሁሉንም መድሃኒቶች (ከህኪም ማዘዣ ወይም ከሻይታሚን/ክእልነት የተቀመጠ ማሟያዎችን ጨምሮ) ክለኒካዊ ቡድንዎን ማሳወቅ አስፈላጊ ነው።

የአመጋገብ ጣልቃገብነቶች

አንዳንድ ሰዎች አመጋገባቸውን ከቀየሩ በኋላ የተግባር መሻሻልን ይናገራሉ። ASD በሚያጋጥሟቸው ቤተሰቦች የሚጠቀሙባቸው ሁለቱ በጣም የተለመዱ የአመጋገብ ጣልቃገብነቶች ከግሉትን እና ከcasein-ነጻ እና ኦርሾ-ነጻ የሆኑ ምግቦች ናቸው። በዚህ አካባቢ መመሪያ ሊሰጡ የሚችሉ እንደ ናቲርፓቲቭ ስፔሻሊስቶች ያሉ ባለሙያዎች አሉ፤ እንዲሁም የዋና ሐኪምዎን ምክር ይፈልጋሉ። አንድ ላይ ሆነው የአመጋገብ ገደብ ሊያስከትል የሚችለውን ውጤት ከጉዳቱ የበለጠ መሆን አለመሆኑን ለመወሰን ይረዳሉ። ስጋቶች ካሉ፣ የተለየ የአለርጂ ምርመራ ሊመከር ይችላል።



ከኦቲዝም ጋር የተዛመዱ ቃላቶች መዝገበ-ቃል

ADA Americans with Disabilities Act (ADA) (የአሜሪካውያን የአካል ጉዳተኞች ህግ) የአካል ጉዳተኛ መብቶችን የሚያረጋግጥ የአሜሪካ ህግ ነው።

Applied Behavior Analysis (ABA) የህክምና አይነት ነው ግለሰቦች በደረጃ-ደረጃ በደረጃ ሂደት ባህሪ እንዲቀይሩ የሚያግዝ።

ኦዲዮሎጂስት የመስማት ችግር ያለባቸውን ወይም የተመጣጠነ ችግር ያለባቸውን ሰዎች መርምሮ የሚያከም ባለሙያ ነው።

Autism Diagnostic Observation Schedule (ADOS) (የኦቲዝም ዲያግኖስቲክ ምልክታዊ መርሐግብር) (ADOS) ASDን ለመመርመር እንደ ወርቅ ደረጃ የሚቆጠር በይነተገናኝ ሙከራ ነው። ከሌሎች መረጃዎች ጋር (ለምሳሌ ከቃለ መጠይቅ እና የአድገት ፈተናዎች)፣ ADOS አብዛኛውን ጊዜ በኦቲዝም ግምገማ ውስጥ ይካተታል።

የረጅም ጊዜ የሆድ ድርቀት በየሳምንቱ ከሶስት ያነሰ ሰገራ የሚደረግበት ቀጣይ ሁኔታ ነው።

የገንዘብ ችሎታዎች በመጣር ሂደት ውስጥ ጥቅም ላይ የሚውሉ ማንኛቸውም የአእምሮ ችሎታዎች ናቸው።

የአድገት ዲስኦርደር የሚያመለክተው በዓይነተኛ አድገት ላይ ተጽእኖ የሚያሳድሩ የጤና እክሎችን ቤተሰብ ነው።

የልማት የግለሰብ ልዩነት ግንኙነት (DIR) ቴራፒ ነው፤ ፍሉርታይም በመባል ይታወቃል።

የአድገት ደረጃዎች አብዛኞቹ ልጆች በተወሰነ ዕድሜ ሊያደርጉ የሚችሏቸው ችሎታዎች ወይም ባህሪያት። እነዚህ በ www.cdc.gov ላይ ይገኛሉ

ልማታዊ የሕፃናት ሐኪም በልማት-ባሕርይ የሕፃናት ሕክምና ልዩ ሥልጠና ያለው የሕክምና ዶክተር ነው።

የአእምሮ ሕመሞች መመርመሪያ እና ስታትስቲካል ማገዋል (DSM) በአሜሪካ የሥነ አእምሮ ህክምና ማህበር የታተመ የሰነ-ልቦና እና የአእምሮ ሕመሞች ምደባ ይፋዊ ሥርዓት ነው።

Discrete Trial Teaching (DTT) የባህሪ ህክምና አይነት ነው።

ዳይስፕራክሲያ የአንጎል እንቅስቃሴን ለማቀድ እና ለማከናወን አለመቻል ነው።

ቅድመ ጣልቃ ገብነት (EI) በተቻለ ፍጥነት የአድገት ችግሮችን ወይም ሌሎች እክሎችን ለመለየት እና ለማከም የተነደፈ በመንግስት የሚደገፍ ፕሮግራም ነው። ለ EI ብቁነት ከልደት እስከ ሶስት አመት እድሜ ያለው ነው።

ኤኮላሊያ ቃላትን ወይም ሀረጎችን እየደጋገመ ነው።

አገላለጽ ቋንቋ አላማዎችን፣ ምቹቶችን ወይም ሀሳቦችን ለሌሎች መግባባት ነው። እሱ ንግግርን ፣ ጽሑፍን ፣ ምልክቶችን ፣ ፊርማዎችን ፣ የመገናኛ ሰሌዳን አጠቃቀም እና ሌሎች የገለፃ ቅርጾችን ያጠቃልላል።

ነጻ አግባብነት ያለው የህዝብ ትምህርት (FAPE) ማለት ከሶስት እስከ ሃያ አንድ አመት ለሆኑ ህጻናት ሁሉ በህዝብ ወጪ ትምህርት መስጠት አለበት ማለት ነው።

ፍሉርታይም ASD ላለባቸው ልጆች የአድገት ጣልቃገብነት ነው።

ፍራጂያል X አንዳንድ ጊዜ የ ASD ባህሪያትን የሚጋራ የዘረመል መታወክ ነው። በአጠቃላይ የ ASD ምርመራ የሚያገኙ ግለሰቦች ለ ፍራጂያል X እንዲመረመሩ ይመከራል።

የጨጓራ ባለሙያ ሐኪሞች GI ትራክት መታወክን በተለይም የኢሶፊገስ፣ የሆድ፣ የትናንሽ አንጀት፣ ትልቅ አንጀት፣ ቆሽት፣ ጉበት፣ ሐሞት ፊኛ እና ቢሊያሪ ዘዴን ጨምሮ።

አጠቃላይ ትምህርት ተከታታይ “የመደበኛ ትምህርት” ኮርሶች በበርካታ የትምህርት ዓይነቶች ለተመሳሳይ የክፍል ደረጃ የሚማሩ ናቸው።

የጀኔቲክስ ሊቅ በጀኔቲክ ችግሮች ላይ ልዩ የሆነ የሕክምና ዶክተርን ይመለከታል።

የአጅ ምልክቶች የአጅ እና የጭንቅላት እንቅስቃሴዎች ናቸው፤ ለሌላ ሰው የቃል ያልሆነ ግንኙነትን (እንደ መስጠት፣ መድረስ፣ ሞገድ፣ ነጥብ ወይም የጭንቅላት መንቀጥቀጥ ያሉ) ለማመልከት ያገለግላሉ።

አጠቃላይ የአድገት መዘግየት (GDD) ከ6 አመት በታች ለሆኑ ህጻናት ምርመራ ተደርጎበታል። ልማቱ በተለያዩ አካባቢዎች ዘግይቷል ማለት ነው።

ሃይማኖታዊነት ገና በለጋ እድሜው የማንበብ ችሎታ ነው። ሃይማኖታዊነት ለመሆን አንድ ልጅ የሚያነበውን ነገር መረዳት አያስፈልገውም።

ሃይማኖታዊነት ዝቅተኛ የጡንቻ ቃና ማለት ነው።

አጋጣሚ የሆነ ትምህርት አንድ ልጅ በቤታቸው ወይም በማህበረሰቡ ውስጥ እያለ "በአሁኑ ጊዜ" አዳዲስ ክህሎቶችን ያስተምራል፤ ይህም በመደበኛ ትምህርት ጊዜ የሚጣራቸውን ነገር እንዲገነዘብ ይረዳል።

የግለሰብ ቤተሰብ አገልግሎት ዕቅድ (IFSP) ቤተሰብ አንድ ዋና ተሳታፊን ጨምሮ በአንድ ቡድን የተዘጋጀ ነው። ግቦችን ለመለየት የሚረዳ እቅድ እና እነዚያን ግቦች ለማሳካት ሂደት ነው።

Individualized Education Program (IEP) (የግል ትምህርት ፕሮግራም) የተማሪን ልዩ የትምህርት ፍላጎቶች፣ ትምህርት ቤት እንዴት እንደሚያሟላቸው እና እድገትን የሚገመገሙበትን ዘዴዎች ይለያል። ዕድሜያቸው 14 እና ከዚያ በላይ ለሆኑ ተማሪዎች፣ IEP ወደ ድህረ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ወይም የስራ ቦታ ለመሸጋገር ወይም ተማሪው በተቻለ መጠን በማህበረሰቡ ውስጥ ራሱን ችሎ እንዲኖር ለመርዳት አቅድ መያዝ አለበት።

የአካል ጉዳተኛ ግለሰቦች ትምህርት ህግ (IDEA) በ3 እና 21 አመት መካከል ያለ ሁሉንም አካል ጉዳተኞች "ነጻ እና የህዝብ ትምህርት" የሚያዝዝ ነው።

ማካተት አካለ ስንኩልነት ምንም ይሁን ምን ሁሉንም ልጆች በመደበኛ ክፍል ውስጥ በማድግ ላይ ያሉ ጓደኞቻቸውን ማስተማርን ያካትታል።

የአእምሮአዊ እክል አንድ ግለሰብ ቀስ ብሎ እንዲዳብር የሚያደርጉትን የአእምሮ አንቀሳቃሴ ውስንነቶች ይገልጻል። መናገርን፣ መራመድን እና የግል ፍላጎቶችን እንደ ልብስ መልበስ ወይም መመገብ ለመማር ብዙ ጊዜ ሊወስድባቸው ይችላል፤ እና በትምህርት ቤት የመማር ችግር ሊኖርባቸው ይችላል። ከቀላል እስከ ከባድ ሊሆን ይችላል እና ቀደም ሲል የአእምሮ ዝግመት ተብሎ ይጠራ ነበር።

የጋራ ትኩረት ልምድን ለሌላ ሰው የማካፈል ሂደት ነው፤ ብዙ ጊዜ በአይታ ወይም በምልክት በመከተል ይስተዋላል። የጋራ ትኩረት መጎዳት የ ASD ዋና ጉድለት ነው።

ትንሹ ገዳቢ አካባቢ (LRE) አካል ጉዳተኛ ልጆች አካል ጉዳተኛ ከሌላቸው አኩሮቻቸው ጋር እንዲሆኑ እድሎችን የሚገድብ ቅንብር። ሕጉ እያንዳንዱ አካል ጉዳተኛ ልጅ በትንሹ ገዳቢ አካባቢ እንዲማር ያዛል።

ማካተት ማለት ተማሪዎች በነባር መደበኛ የትምህርት ክፍሎች መሳተፍ ይጠበቅባቸዋል። እሱ ቀስ በቀስ፣ ከፊል ወይም የትርፍ ጊዜ ሂደት ሊሆን ይችላል (ለምሳሌ፣ ተማሪ በመደበኛ ትምህርት ቤት ውስጥ የተለየ ክፍል ሊከታተል ይችላል፤ ወይም በመደበኛ ጂም እና ምሳ ብቻ መሳተፍ ይችላል)።

Modified Checklist of Autism in Toddlers (MCHAT) (የተሻሻለው የአቴዝም ዝርዝር በታዳጊ ሕፃናት) ለተጨማሪ ምርመራ ወደ ልዩ ባለሙያተኛ ሊመሩ የሚችሉ ሕፃናትን ለመለየት የሚያስችል የማጣሪያ መሣሪያ ነው።

የሞተር ጉድለት አንድ ሰው ማከናወን የማይችለው ወይም ለማከናወን የሚቸግራቸው አካላዊ ችሎታዎች ናቸው።

ኒውሮሎጂስት ከነርቭ ሥርዓት ጋር በተያያዙ የሕክምና ችግሮች ላይ የተካነ ዶክተርን በተለይም አንጎል እና የአከርካሪ አጥንትን ይመለከታል።

የቃል ያልሆኑ ባህሪያት መረጃን ያስተላልፋሉ ወይም ስሜትን ያለ ቃላት ይገልጻሉ፤ የአይን እይታን፣ የፊት መግለጫዎችን፣ የሰውነት አቀማመጦችን እና ምልክቶችን ጨምሮ።

የሙያ ሕክምና (OT) ለዕለት ተዕለት ኑሮ የሚረዱ የሞተር ክህሎቶችን ለማዳበር ይረዳል። OT በስሜት ህዋሳት ጉዳዮች፣ በአንቅስቃሴ ቅንጅት፣ ሚዛናዊነት እና ራስን የመርዳት እንደ ልብስ መልበስ፣ ሽካ መብላት፣ ማሳመር፣ ወዘተ ላይ ሊያተኩር ይችላል። የእይታ ግንዛቤን እና የእጅ-ዓይን ቅንጅትን ሊያመለክት ይችላል።

Pervasive Developmental Disorder (PDD) የአቴዝም ንዑስ ዓይነት ተደርጎ ይወሰድ ነበር፤ ነገር ግን ከአሁን በኋላ በሕክምናው ውስጥ ጥቅም ላይ አይውልም።

ፊዚካል ቴራፒ ሕመምተኞች አካላዊ ችሎታቸውን መልሰው እንዲያገኟቸው ወይም እንዲያሻሽሉ ይረዳል።

Pica ቢያንስ ለ1 ወር (ከ 18-24 ወራት በላይ የቆዩ) ምግብ ያልሆኑ ንጥረ ነገሮችን ያለማቋረጥ መብላት ወይም አፍ ማውለቅ ነው። ቁሶች እንደ ሽክሳ፣ ቆሻሻ፣ ጠጠር፣ ፀጉር፣ ፕላስቲክ፣ ወዘተ ያሉ ነገሮችን ሊያካትቱ ይችላሉ።

Picture Exchange Communication System (PECS) የምስል ምልክቶችን በመጠቀም የመገናኛ ዘዴ ነው። ግለሰቦች የተሟሉ ዓረፍተ ነገሮችን ለመገንባት፣ ግንኙነት ለመጀመር እና ለጥያቄዎች መልስ ለመስጠት የምስል ምልክቶችን መጠቀምን ይማራሉ።

የ Pivotal Response Treatment (PRT) የማይፈለጉ ባህሪያትን ለመለወጥ የሚረዳ ቴራፒ ነው።

ተቀባይ ቋንቋ ቃላትን እና ዓረፍተ ነገሮችን የመረዳት ችሎታ ነው።

ማጠናከሪያ ወይም ማጠናከሪያ ከተፈለገ ባህሪ በኋላ የሚሰጥ ሽልማት ነው።

የግንኙነት ልማት ማልቃገብነት (RDI) በተለምዶ በጨቅላነት እና በለጋ የልጅነት ጊዜ የሚዳብር በማህበራዊ ግንኙነት አወንታዊ ባህሪያትን በመገንባት ላይ የተመሰረተ ህክምና ነው።

የትንፋሽ እንክብካቤ ለአካል ጉዳተኞች የሚሰጠው ጊዜያዊ የአጭር ጊዜ እንክብካቤ ነው። የአረፍት ጊዜ እንክብካቤ ውጥረትን እና ድካምን ለማስታገስ ተንከባካቢዎች እረፍት እንዲወስዱ ያስችላቸዋል።

ራስን መግዛት ራስን መግዛትን ያመለክታል። አራስን መቆጣጠር ግለሰቦች ስሜታቸውን እና ባህሪያቸውን እንዲያስተዳድሩ እና በማህበረሰብ፣ በስራ እና በቤተሰብ ህይወት ውስጥ በተሳካ ሁኔታ እንድንሳተፍ ያስችለናል።

የሰሜት ህዋሳት መከላከል ለሰሜት ህዋሳት ከልክ ያለፈ ምላሽ የመስጠት ዝንባሌ ነው። ከመጠን በላይ ስሜታዊነት ተብሎም ይጠራል።

የሰሜት ህዋሳት ውህደት አንጎል የሚያስከድበት የስሜታዊ ማነቃቂያ ወይም ሰሜት ከሰውነት እና ከዚያም ያንን መረጃ ወደ ልዩነታቸው የተቀናጀ የሞተር እንቅስቃሴ የሚተረጉሞበት መንገድ ነው።

የሰሜት ህዋሳት ውህደት ችግር ከሰሜት ህዋሳት እና ከአቀማመጥ ሰሜት (ፐርፐራዮሴፕሽን) መረጃን ለመስራት ችግር የሚፈጥር የነርቭ ልዩነት ነው። የሰሜት ህዋሳት መረጃ በመደበኛነት ሊታወቅ ይችላል፤ ግን ባልተለመደ ሁኔታ ይገነዘባል።

የሰሜት ህዋሳት ውህደት ህክምና ገቢ የሰሜት መረጃን የመጠቀም ችሎታን ለማሻሻል ጥቅም ላይ ይውላል።

የእንቅልፍ ገጽህና የሚያመለክተው ልማዶችን እና የአካባቢን ለጤናማ እንቅልፍ አስፈላጊ የሆኑትን እንደ ጨጨታ፣ ብርሃን እና የሙቀት መጠን ማስተካከል፣ እንቅልፍ ማጣትን እና ካፌይንን ማወገድ ነው።

ማህበራዊ መቀራረብ በሰዎች መካከል ያለው የኋላ እና ወደፊት የማህበራዊ መስተጋብር ፍሰት ነው።

ማህበራዊ ታሪኮች ASD ላለው ሰው ለመረዳት አስቸጋሪ የሆኑትን ሁኔታዎች የሚገልጹ ቀላል ታሪኮች ናቸው። ለምሳሌ፣ አንድ ልጅ ከእሱ የሚጠበቀውን ለመረዳት ወይም እዚያ እንዴት ባህሪ ሊኖረው እንደሚገባ ለመረዳት የሚያስችግር ከሆነ ስለ ልደት ግብዣዎች ማህበራዊ ታሪክ ሊፃፍ ይችላል።

ማህበራዊ ስራተኛ በቤተሰቦች ማህበራዊ፣ ስሜታዊ እና ማህበራዊ ኢኮኖሚያዊ ፍላጎቶች የሰለጠነ ስፔሻሊስት ነው። ማህበራዊ ስራተኞች ብዙውን ጊዜ ቤተሰቦች የሚያስፈልጋቸውን አገልግሎት እንዲያገኙ ይረዳሉ።

ልዩ ትምህርት የአካል ጉዳተኛ ልጅ ልዩ ፍላጎቶችን ለማሟላት ለቤተሰቦች ምንም ወጪ የማይጠይቅ የህዝብ ትምህርት ቤት ፕሮግራም ነው።

የንግግር እና የቋንቋ ህክምና የሚሰጠው የግለሰብን የመግባባት ችሎታ ለማሻሻል ግብ ነው። ይህ የቃል እና የቃል ያልሆነ ግንኙነትን ይጨምራል።

የሚነገር ቋንቋ (እንዲሁም ገላጭ ተብሎም ይጠራል) የቃል ባህሪን ወይም ንግግርን ከሌሎች ጋር ሃሳቦችን፣ ሃሳቦችን እና ስሜቶችን ለማስተላለፍ።

ስቴርታይፒድ ጠባዮች ተደጋጋሚ ባህሪያት ወይም ድርጊቶች ናቸው። እንደ መወዛወዝ፣ መሸከርከር፣ የእጅ መወዛወዝ ወይም የሰውነት ወይም የጣቶች መለጠፍ ያሉ ተደጋጋሚ እንቅስቃሴዎችን ሊያካትቱ ይችላሉ።

የተዛባ የፍላጎት ቅጦች ወይም የተከለከሉ የፍላጎት ቅጦች ጠባብ በሆኑ ፍላጎቶች እና እንቅስቃሴዎች የተጠመደበትን ሁኔታ ያመለክታሉ።

ማነቃቂያ ወይም "ራስን ማነቃቃት" ባህሪያት የአንድን ሰው ሰሜት ለማነቃቃት ይረዳሉ። አንዳንድ "ማነቃቂያዎች" እጋዥ ሊሆኑ ይችላሉ (ማረጋጋት፣ ትኩረትን መጨመር ወይም የሚደነቅ ድምጽን መዝጋት)።

ተምሳሌታዊ ጨዋታ ልጆች ነገሮችን እንደሚያደርጉ ወይም የሆነ ነገር ወይም ሌላ ሰው የሚመስሉበትን ጨዋታ ይገልጻል። በተለምዶ ከሁለት እስከ ሶስት አመት ባለው ጊዜ ውስጥ ያድጋል። ማመን ወይም ጨዋታ አስመስሎ ተብሎም ይጠራል።

ታክቲያል መከላከያ ለብዙ ሰው የማይበሳጭ ሰሜትን ለምሳሌ የሚያጣብቅ ነገርን መንካት ወይም ለስላሳ ምግቦች በአፍ ውስጥ ላለ ሰሜት ጠንካራ አሉታዊ ምላሽ ነው። ቃሉ ለመንካት የተወሰነ ነው።

የኦቲስቲክ እና ተዛማጅ ግንኙነት የአካል ጉዳተኛ ልጆችን ማስልጠን እና ማስተማር (TEACCH) ASD ያለባቸው ግለሰቦች የተግባር ባህሪያትን ለመጨመር ምስላዊ ምልክቶችን በብቃት ይጠቀማሉ እና ይረዱ በሚለው ሃሳብ ላይ የተመሰረተ ህክምና ነው።

ከላይ ያለው የቃላት መፍቻ የተሻሻለው የቃላት መፍቻው ስሪት ነው፡- 100 Day Kit (የ 100 ቀናት ኪት) እትም 2.0 በ Autism Speaks (ኦቲዝም ይናገራል) ድርጅት ኪቱን በ www.autismspeaks.org ላይ ማየት ትችላለህ

የኦሪገን ክሊኒክ በ OHSU Doernbecher
Child Development and Rehabilitation Center

Mail Code BTE355
700 S.W. Campus Drive
Portland, OR 97239-3098

ስልክ 503-494-8811

ohsu.edu/doernbecher



DOERNBECHER
CHILDREN'S
Hospital

OHSU ኢ-በዛኞቹን ዋና የጤና ዕቅዶች ይቀበላል።
OHSU እኩል እድል፣ እምነት፣ እርምጃ ተቋም ነው።
DCH 21489387 10/20