



DOERNBECHER
CHILDREN'S
Hospital

အမျိုးမျိုးသော အတွေးအမြင်ကမောက်ကမဖြစ်
ခြင်းဆိုင်ရာအော်တစ်ဇင်ရောဂါလက်စွဲစာအုပ်



ဤစာအုပ်ငယ်အကြောင်း

ကျွန်ုပ်တို့သည် အမျိုးမျိုးသောအတွေးအမြင်ကမောက်ကမဖြစ်ခြင်းဆိုင်ရာ အော်တစ် ဇင်ရောဂါ (ASD) အကြောင်းကို ပိုမိုနားလည်သဘောပေါက်စေရန်အတွက် သင့်အား ကူညီပေးနိုင်ရန်နှင့် သင်နှင့်တွေ့ဆုံခွင့်ရရှိမည့် အခွင့်အရေးကို အလွန်ပင်တန်ဖိုးထား ပါသည်။ ဤစာအုပ်ကို သင် ယခုတွင် သို့မဟုတ် နောင်တစ်ချိန်အနာဂတ်တွင် ကြုံ တွေ့ ရနိုင်သည့်မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုနိုင်ရန်အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ်ဖြစ်သော အရင်းအမြစ် တစ်ခုအနေဖြင့် မိသားစုများ၏ အကူအညီနှင့်အတူ ရေးသားထားပါသည်။ သင် မေးခွန်း များကို စတင်ဖြေဆိုရန်အတွက် လိုအပ်သည့်အချက်အလက်အချို့ကို သင်ရှာဖွေနိုင် လိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ခြင်းဖြင့် ခေါင်းစဉ်အမျိုးမျိုးအတွက် အချက်အလက်များစွာကို ကျွန်ုပ်တို့ ထည့်သွင်းထားပါသည်။

OHSU Doernbecher ၏ ကလေးသူငယ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ပြုပြင်ထူထောင် ရေးစင်တာ (CDRC) ရှိ အော်တစ်ဇင်ရောဂါကုသရေးမှ သင်ရရှိသော အစီရင်ခံစာ များနှင့် ပတ်သက်၍ သင့်တွင် သီးသန့်မေးခွန်းများမေးစရာရှိပါက ကျေးဇူးပြု၍ ၎င်း တို့ကို ချရေးထားပြီးသင်နှင့်အတူ လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ထားသည့် မည့်သည့်ဆရာဝန် များကိုမဆို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ သင်လက်ခံရရှိမည့် ရေးသားထားသော အစီရင်ခံစာများပေါ် တွင် ၎င်းတို့ ၏အမည်များနှင့် ဖုန်းနံပါတ်များကို စာရင်းပုဂ္ဂလိကပြုထားပါသည်။ ကျေးဇူးပြု၍ သင့်အတွက်အချက်အလက်များကို ပေးနိုင်ရန်၊ မေးခွန်းများကို ဖြေကပြ နှင့် သို့မဟုတ် သင်လိုအပ်သော ပံ့ပိုးကူညီမှုများကို ရှာဖွေရာတွင် သင့်အား ကူညီပေးနိုင် ရန် သင့်အတွက် စဉ်ဆက်မပြတ်အရင်းအမြစ်တစ်ခုအဖြစ် ကျွန်ုပ်တို့ကို စဉ်းစားပေးပါ။

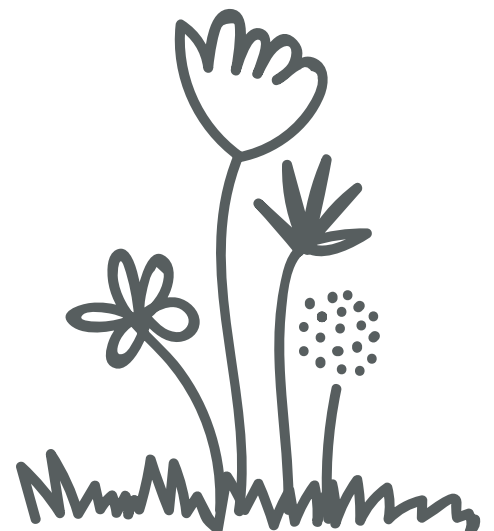
ဤစာအုပ်ငယ်ကို အသုံးပြုခြင်းအတွက် အကြံပြုချက်များ

၁. ၎င်းစာအုပ်ငယ်ပါ အကြောင်းအရာအားလုံးကို တစ်ပြိုင်နက်တည်း သင်ဖတ်ရမည် ဟု မထင်လိုက်ပါနှင့်။
၂. သင့်အတွက် အရေးကြီးသည့် အကြောင်းအရာကို ယခုဖတ်ရှုပြီး အရေးမကြီးသော ကျန်သည့်အကြောင်းအရာကို ချန်လှပ်ထားပါ။
၃. သင့်အတွေ့အကြုံနှင့် လိုအပ်ချက်များသည် ဤနေရာတွင် မျှဝေထားသည့် ယင်း အကြောင်းအရာများမှ ကွဲပြားခြားနားနိုင်ကြောင်း သိထားပေးပါ။
၄. သင်၏မှတ်စုများနှင့် အခြားစာရွက်စာတမ်းများကို ဖိုင်တစ်ခုကဲ့သို့ သတ်မှတ်နေရာ တစ်ခုတွင် သိမ်းဆည်းထားပါ။ သို့မှသာ သင်၏ နောင်အနာဂတ်ရက်ချိန်းများကို သင်နှင့်အတူ ယူဆောင်သွားနိုင်ပါသည်။

သင်၏ဂရုစိုက်မှုနှင့်အတူ ကျွန်ုပ်တို့ကို ယုံကြည်ပေးသည့်အတွက် ထပ်မံ၍ သင့်ကို ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

မာတိကာများ

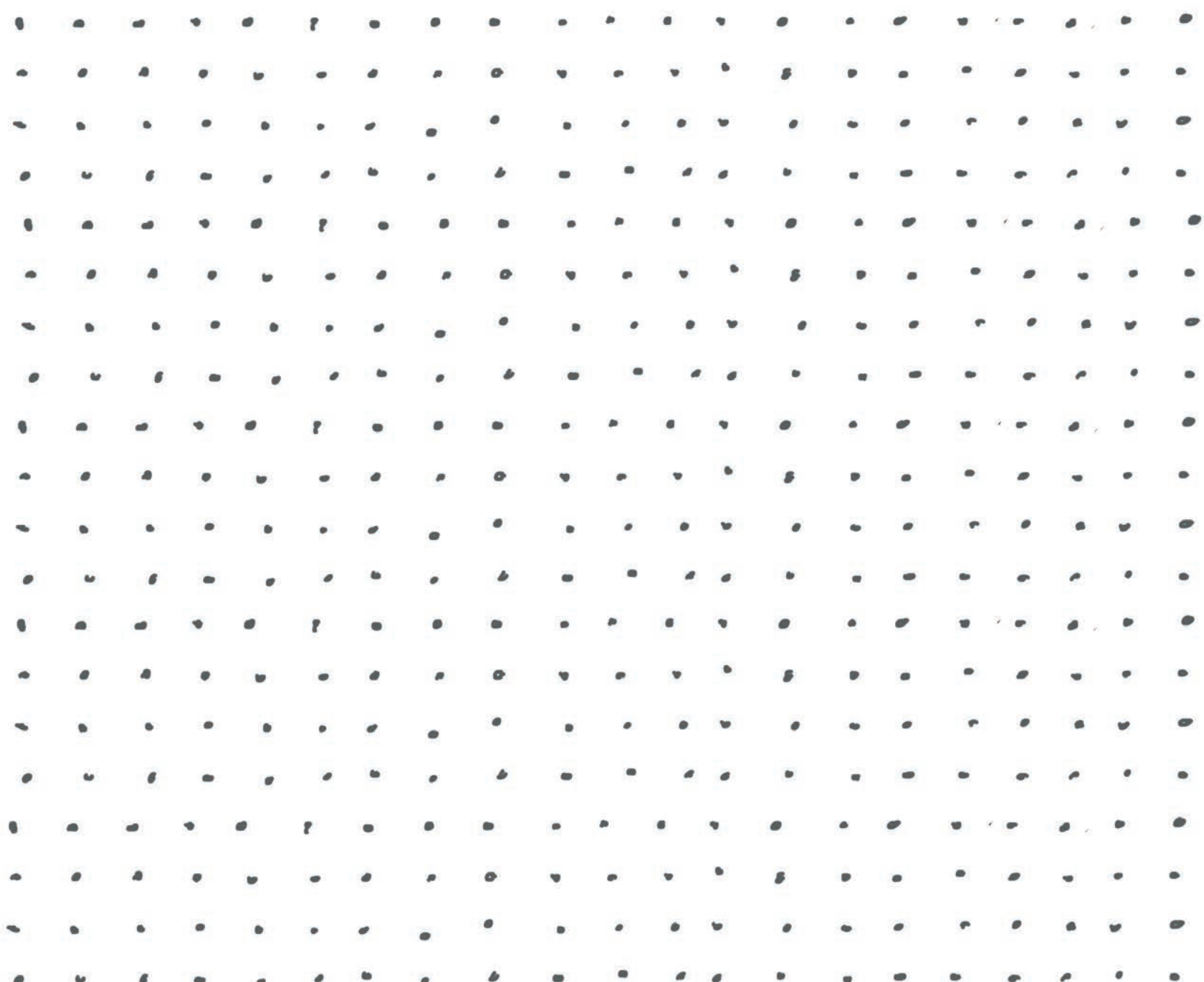
ကျွန်ုပ် အခု မည်သည့်အရာကို လုပ်ဆောင်ရမည်နည်း။	5
စတင်လုပ်ဆောင်ခြင်း	7
ASD ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှုတစ်ရပ်ကို ခံယူခြင်း	8
ဂျန်ဖာ၏အကြံပြုချက်များ	12
အတွေးအမြင်ပိုင်းကို အနက်အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း	17
ရောဂါလက္ခဏာများ	19
ASD ရောဂါ၏အခြေခံသဘောလက္ခဏာများ	20
အများပြည်သူဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ	25
ASD ရောဂါကို ကုသခြင်း	33
အော်တစ်ဇင်ရောဂါဆိုင်ရာဝေါဟာရများ၏ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်	40





ကျွန်ုပ်အခု မည်သည့်အရာကို လုပ်ဆောင်ရမည်နည်း။

○HSU အော်တစ်ဇင်ရောဂါကုဆေးခန်းသို့လာရောက်သော တစ်ဦးချင်းစီတိုင်းနှင့် မိသားစုတိုင်းသည် ထူးခြားမှုရှိကြပြီး ၎င်းတို့ ကိုယ်ပိုင်မျှော်လင့်ချက်များနှင့် မေးခွန်းများနှင့်အတူ လာရောက်ကြပါသည်။ အချို့သောမိသားစုများသည် အမျိုးမျိုးသောအတွေးအမြင်ကမောက်ကမဖြစ်ခြင်းဆိုင်ရာ အော်တစ်ဇင်ရောဂါ (ASD) ၏ ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှုတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်၍ ကြားသိရသည့်အတွက် စိတ်သက်သာရာရကြပြီး အချို့မှာ ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှုကို လက်ခံနိုင်ရန်အတွက် အချိန်အနည်းငယ်လိုအပ်ကြပါသည်။ ယနေ့သင် မည်သို့ပင်ခံစားနေရပါစေ တစ်ချိန်ချိန်တွင် သင်အောက်ပါတို့ကို တွေးတောနေပေလိမ့်မည် - "ကျွန်ုပ်အခု မည်သည့်အရာကို လုပ်ဆောင်ရမည်နည်း။" မည်သည့်အရင်းအမြစ်များ ရရှိနိုင်သည်ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် သင်နှင့် သင့်ကလေးအား အောင်မြင်မှုရရှိစေရန်အတွက် ကူညီပေးနိုင်မည့် အစီအစဉ်တစ်ခုရှိလာခြင်းသည် စတင်ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံးနေရာတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။





စတင်လုပ်ဆောင်ခြင်း

စတင်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် သင်လုပ်ဆောင်နိုင်သည့်အရာများ၏ စာရင်းတစ်ခုကို (အောက်တွင်) ကျွန်ုပ်တို့ ပေးထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ထဲမှ အများအပြားကို OHSU အော်တစ်ဇင်ရောဂါကုဆေးခန်းတွင် သင်အားပေးထားသော အကြံပြုချက်များအပေါ်တွင်လည်း စာရင်းပြုစုထားပါသည်။

□ သင်၏ အဓိကကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေးသည့်ဆရာဝန်နှင့် ရက်ချိန်းတစ်ရက် ရယူနိုင်ရန်အတွက် အစီအစဉ်ရေးဆွဲပါ။

- သင်၏ အကဲဖြတ်ချက်ကို ကျွန်ုပ်တို့နှင့်အတူ အကဲဖြတ်ပြီးနောက် သင့်အားပေးထားသော အစီရင်ခံစာများ၏ မိတ္တူတစ်စောင်ကို ယူဆောင်လာပေးပါ။ သင်၏ လွှဲပြောင်းကုသပေးရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူသည် Doernbecher ထံမှ ရလဒ်များကိုလည်း လက်ခံရရှိထားသင့်ပါသည်။
- သင့်အားပေးထားသော အချက်အလက်များကို ဆွေးနွေးပြီး လိုအပ်ပါက ရောဂါကုထုံးများအတွက် သို့မဟုတ် နောက်ဆက်တွဲ လုပ်ရမည့် ရက်ချိန်းများအတွက် မည်သည့်လွှဲပြောင်းကုသပေးမှုများကိုမဆို ရယူပါ။
- သင့်ဆရာဝန်သည် ASD ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ စိတ်သက်တောင့်သက်သာရှိစေပြီး ၎င်းသည် တတ်ကျွမ်းနားလည်ကြောင်း သေချာပါစေ။

□ သင့်ကလေးသည် အသက် 5 နှစ်အောက်ဖြစ်ပါက သင့်ဒေသတွင်းရှိ ပညာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုပေးသည့်ခရိုင် (ESD) ထံသို့ ဆက်သွယ်ပါ။

- သင့်ကလေးသည် အစီအစဉ်တစ်ခုခုတွင် ပါဝင်ခြင်းမရှိသေးပါက ကနဦးကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဆိုင်ရာ (EI) အစီအစဉ်တစ်ခုကို စတင်လုပ်ဆောင်ပါ။ အဆိုပါပရိုဂရမ်များသည် များသောအားဖြင့် အော်ရီဂွန်ပြည်နယ်နှင့် ဝါရှင်တန်ပြည်နယ် တို့တွင် အခမဲ့ဖြစ်ပါသည်။

□ သင့်ကလေးသည် ကျောင်းနေအရွယ်ဖြစ်ပါက အချက်အလက်များကို ဆရာ သို့မဟုတ် စာသင်ကျောင်းဆိုင်ရာအထူး ပညာရေးအဖွဲ့နှင့် မျှဝေပါ။

- အချက်အလက်များမျှဝေခြင်းနှင့် အစီအစဉ်တစ်ခုကို အတူတကွပြုလုပ်ခြင်းသည် စာသင်ကျောင်း၊ မိဘများနှင့် ကလေးအများစုအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။ တစ်ဦးချင်းပညာရေးဆိုင်ရာပရိုဂရမ်တစ်ခုကို (IEP) တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးအောင်မြင်လုပ်ရန် အတွက် သင့်ကလေးသည် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ အောင်မြင်မှုကို ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်ရန် လက်ရှိပရိုဂရမ်တစ်ခုကို ပြောင်းလဲပေးနိုင်ရန်အတွက် သင့်ကလေးသည် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

□ ASD ရောဂါရှိသော ကလေးတစ်ဦး၏ အခြားမိဘနှင့် ဆွေးနွေးပြောဆိုပါ။

- အော်ရီဂွန်ပြည်နယ်၏ အော်တစ်ဇင်ရောဂါကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရေးဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်း (ASO) သည် သင့်ဒေသတွင်းရှိ အခြားမိသားစုများနှင့် သင့်ကို ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်ပါသည်။ OHSU နှင့် ASO တို့သည်လည်း မိသားစုများနှင့် လူပုဂ္ဂိုလ်များ တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ချိတ်ဆက်ရာတွင် ကူညီပေးနိုင်ရန်အတွက် Welcome Project တွင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နေပါသည်။
- မိသားစုပါဝင်ဆောင်ရွက်မှုဆိုင်ရာကွန်ရက် (FIN) သည် မိသားစုဝင်များမှ ဝန်ထမ်းအင်အားဖြင့် အားဖြည့်ကူညီထားခြင်းဖြစ်ပြီး စပိန်ဘာသာစကားပြောဆိုသူများကို ရရှိနိုင်သော အခမဲ့ပရိုဂရမ် တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို ပိုမိုသိရှိရန်ရန်အတွက် **503-494-0864** သို့ ဆက်သွယ်ပါ။

□ ASD ရောဂါရှိသူရွယ်တူတစ်ဦးနှင့် စကားပြောဆိုပါ။

- အကယ်၍ သင်သည် ဆယ်ကျော်သက်တစ်ဦး သို့မဟုတ် အရွယ်ရောက်ပြီးသူတစ်ဦးဖြစ်ပါက ASD ရောဂါလက္ခဏာရှိထားသော တစ်စုံတစ်ဦးနှင့် စကားပြောဆိုနိုင်ခြင်းသည် သင့်အတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ASD ရောဂါရှိသောလူပုဂ္ဂိုလ်များ အတွက် အထူးပြုလုပ်ထားသော စာသင်ကျောင်း သို့မဟုတ် လူမှုရေးအသင်းများ သို့မဟုတ် ပွဲများတွင် အော်တစ်ဇင်ရောဂါရှိသော အခြားသူများကို သင်တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ အော်ရီဂွန်၏ အော်တစ်ဇင်ရောဂါကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရေးဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်း နှင့် Welcome Project သည် သင့်အား သင့်အသိုင်းအဝိုင်းရှိ အခြားသူများနှင့် ချိတ်ဆက်နိုင်စေရန် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

ASD ရောဂါ လက္ခဏာ ရှာဖွေမှုတစ်ခု ကို ခံယူခြင်း

သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် ASD ရောဂါ ခံစားနေရသည်ကို ရှာဖွေ
ဖော်ထုတ်ခြင်းသည် အလွန်စိတ်လှုပ်ရှားဖွယ်ကောင်းသော အချိန်တစ်
ချိန်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ မိသားစုအားလုံးသည် မတူညီသောနည်းလမ်းများ
ဖြင့် တုံ့ပြန်ကြပါသည်။ သို့သော် လူတော်တော်များများသည် အနေအထား
အချို့တွင် ရုန်းကန်နေရကြောင်း အစီရင်ခံတင်ပြကြပါသည်။

မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် သင်သည် သင့်ကလေးကို လွန်စွာချစ်မိကြိမ်များသည် သူ
သို့မဟုတ် သူမအတွက် ခက်ခဲလိမ့်မည်ဟု တွေးလိုက်မိပါက ထိုသို့တွေးမိခြင်းသည် ရင်ကွဲနာကျ
ခံစားရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများသည် ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှု
တစ်ရပ်ကို ခံယူရာတွင် မတူညီသောစိတ်ခံစားမှုများစွာလည်း ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။ အခြားသူများ
စိတ်ကမောက်ကမဖြစ်စေရန်အတွက် အချို့သူများသည် နောက်ဆုံးတွင် ၎င်းတို့ကိုယ်၎င်းတို့ ပို၍
နားလည်သဘောပေါက်လာသည့် အတွက် စိတ်သက်သာရာရနိုင်ကြပါသည်။

ASD ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းတစ်ရပ်ကို ရင်ဆိုင်နိုင်ခြင်းနှင့် လက်သင့် ခံနိုင်ခြင်းသည် တစ်
ကြိမ်တစ်ခါသာရှိသည့် အတွေ့အကြုံတစ်ခုကြောင့်မဟုတ်ပါ။ အခြေအနေများ ကောင်းမွန်လာ
သည့်အခါတွင်နှင့် မိဘများ သို့မဟုတ် က လေးတစ်ဦးချင်းစီသည် ၎င်းတို့၏ ရောဂါလက္ခဏာ
ရှာဖွေမှုများကို ၎င်းတို့လက်ခံလာကြသည်ဟု ခံစားလာရပြီးနောက် အကြောင်းအရာတစ်ခုခုသည်
စိတ်ခံစားမှုအားလုံးကို တစ်ဖန်ပြန်၍ဖြစ်ပေါ်လာစေမည့် အချိန်အခါများ ရှိနိုင်ပါသည်။

လူတော်တော်များများ ၎င်းရောဂါကိုတွေ့ကြုံခံစားရကြောင်း အစီရင်ခံတင်ပြသည့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်း
ဆိုင်ရာအခြေအနေများရှိပြီး ယင်းတို့တွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသည် -

တုန့်လှုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်း

သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးတွင် ASD ရောဂါရှိကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိသည့်နေ့သည် အလွန်
ပင် စိတ်ထိခိုက်စေနိုင်ပြီး စိတ်ရှုပ်ထွေးစေနိုင်ပါ သည်။ အချို့သောသူများသည် ရောဂါ
လက္ခဏာရှာဖွေမှုကို သဘောမတူခြင်းဖြင့်၊ စိတ်ဆိုးဒေါသထွက်ခြင်းဖြင့် သို့မဟုတ် ဒုတိယ
ထင်မြင်ချက်တစ်ခုကို လိုလားတောင့်တခြင်းဖြင့် အဆိုပါရောဂါလက္ခဏာကို ကိုင်တွယ်
ဖြေရှင်းနိုင်ကြပါသည်။ အခြားသူများက ၎င်းရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှုနှင့်ပတ်သက်ပြီး
ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်ရန်အတွက် ဆုံးရှုံးမှုတစ်ခုကို ဆုံးရှုံးသွားသည်ဟုသာ ခံစားနေရ
စဉ်တွင် အချို့သောသူများသည် အချက်အလက်များကို "အဆက်အသွယ်ဖြတ်တောက်"
ပစ်ကြပြီး လျစ်လျူရှုရန်အတွက် ကြိုးစားကြပါသည်။ သင်အားပေးထားပြီးဖြစ်သည့်
သတင်းများကို အမှန်တကယ်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် အချိန်ယူရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှု

အချို့သောသူများသည် ၎င်းတို့တွင်ထင်ခဲ့သည့်အတိုင်း ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့
ကလေး ရရှိလာနိုင်မည့်အရာများကို ဆုံးရှုံးလိုက်ရသည့်အတွက် ဝမ်းနည်းပူဆွေးနေသောကဲ့သို့
ခံစားကရပါသည်။ တခါတရံတွင် ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ကလေးသည် အချို့အရာ
များအတွက် ရုန်းကန်ရမည်ဆိုသည်ကို မည်သို့မျှတရားမျှတမှုမရှိခြင်းဟုနားလည်သဘောပေါက်
ခံစားရခြင်းသည် လက်ခံနိုင်ရန်ခဲယဉ်းခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။ ဝမ်းနည်းပူဆွေး၍ မကျမနေပဲဖြစ်ခြင်း
သည် သမရိုးကျပုံမှန်ဖြစ်ပြီးဖြစ်သည့်ကျန်းမာစေပါသည်။ မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် သင်နှင့် သင့်
ကလေးအတွက် အလိုအပ်ဆုံးအရာသည် သင်ဖြစ်သည့်အတွက်ကမ္ဘာ့ ဝမ်းနည်းပူဆွေးမှုသည်
သင့်အား ဝါးမျှမသွားစေရန် အရေးကြီးပါသည်။ သင့်ကိုယ်သင် နှင့်/သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည်
ရှုထောင့်သွားရန်အတွက် တစ်ကမ္ဘာလျှင် ခြေတစ်လှမ်းမျှသာရှိလျှင်သော်မှ သင့်ကိုယ်သင် နှင့်/သို့
မဟုတ် သင့်ကလေးကို ကူညီနိုင်ရန်အတွက် သင်ရှုထောင့်သွားမည့်အစီအစဉ်တစ်ခုကို စတင်
လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် သင့်အား စိတ်ထိန်းချုပ်နိုင်မှုကို ပို၍ခံစားနိုင်အောင် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။





အပစ်

လူတော်တော်များများသည် အပြစ်ရှိသည်ဟု ခံစားကြရပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ၎င်းတို့ကလေး၏ ASD ရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေခဲ့ခြင်း ရှိ၊ မရှိ သို့မဟုတ် ၎င်းရောဂါကို ကာကွယ်တားဆီးနိုင်ရန်အတွက် တစ်စုံတစ်ရာကို လုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့ခြင်း ရှိ၊ မရှိကို တွေးမိကြပါသည်။ ASD ရောဂါများ၏အကြောင်းရင်းများကို လုံးဝမသိရသော်ငြားလည်း ၎င်းရောဂါများသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်အား ထိန်းချုပ်ထားနိုင်သည့် ရောဂါများမဟုတ်ကြောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့ တကယ့်ကို သိရှိနားလည်ပါသည်။ သုတေသနပြုချက်အရ ASD ရောဂါသည် မျိုးရိုးဗီဇနှင့် ဆက်စပ်နေပြီး ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှုများသည် အလွန်ပင်စောစောစီးစီး ဖြစ်ပွားကြောင်း အကြံပြုထားပါသည်။ ASD ရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှုန်းများသည် ကမ္ဘာတဝှမ်းရှိ လူမျိုးစုများနှင့် လူမျိုးဆိုင်ရာအုပ်စုများကြားတွင် အလားတူဖြစ်ပွားသောကြောင့် ၎င်းသည် တသီးတခြားဖြစ်သော ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာအချက်များ သို့မဟုတ် ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ အကြောင်းရင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာခြင်း မဟုတ်ကြောင်း အများစုကလက်ခံထားပါသည်။

ဒေါသ

သင့်ကလေးသည် အခြားကလေးများအတွက် သဘာဝအတိုင်းဖြစ်သောအရာများနှင့် ရုန်းကန်နေရသည်ကို ကြည့်ရှုရန်အတွက် အလွန်ခက်ခဲပါ သည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် သင်သည် အခြားသူများ၊ သင့်အိမ်ထောင်ဖက်၊ သင်ကိုယ်သင် သို့မဟုတ် အထူးသဖြင့် မည်သူ့ကိုမျှ အတိအကျမဖော်ပြဘဲသော ဒေါသကို ခံစားရနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါအကခြင်းအရာသည် ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ်၏ သဘာဝအစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ယခုမှစ၍ နှစ်ပေါင်းများစွာတစ်ဆင့်မှပင် အကခြင်းအရာများသည် တရားမျှတမှုမရှိဟု ထင်ရသည့် အချိန်များသည် သင့်အား စိတ်ဆိုးဒေါသထွက်စေမည်ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အားနာကျင်စေသည့် သို့မဟုတ် သင်အကူအညီလိုအပ်နိုင်သည်ကို အခြားသူများက အခါပေါင်းများစွာ နားမလည်နိုင်ပါ။ အလားတူအတွေးအကွဲများရှိသည့် အခြားလူပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် မိဘများနှင့် စကားပြောဆိုရာတွင် ၎င်းအကခြင်းအရာသည် အလွန်အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

အထီးကျန်မှု

အဆိုပါအရာသည် လူပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် မသန်စွမ်းမှုတစ်ခု ဖြစ်သောသို့ က လေး၏ မိဘများတွင် မကပြီဏ ဆိုသလိုပင် ဝင်လိုက်ထွက်လိုက်လုပ်နိုင်ပါသည်။ မည်သူမျှ နားမလည်နိုင်သလို အခြားသူများသည်လည်း အလားတူရုန်းကန်မှုများကို ကျစ်ဖြောင့်ခြင်းမရှိဟု ထင်ကောင်းထင်နိုင်ပါသည်။ မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုကို မကျင့်ကြံရသည့် အခြားသူများ သို့မဟုတ် မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုရှိသည့် ကလေးတစ်ဦးသည် သင် ကျစ်ဖြောင့်နေသည့်အရာကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် ခက်ခဲကြောင်း တွေ့ရှိရနိုင်ပေသည်။ ၎င်းတို့သည် သင့်အား ကူညီပံ့ပိုးပေးနိုင်သောကြောင့် ၎င်းမသန်စွမ်းမှုသည် မည်သည့်တူသည်ဆိုသည်ကို ၎င်းတို့အား ပြောပြနိုင်ရန် သင့်အပေါ်တွင် မူတည်နေပါသည်။

လက်ခံခြင်း

လက်ခံသည့်ကာလများသည် ASD ရောဂါဖြင့်နေထိုင်ခြင်း၏အဖြစ်မှန်ကို သင်တန်ဖိုးထားနိုင်ပြီး သင်သို့မဟုတ် သင့်မိသားစုအတွက် လိုအပ်သည်များကို ထောက်ခံအားပေးရန် အဆင်သင့်ဖြစ်နေပြီဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်နိုင်ပါ သည်။ လက်ခံခြင်းသည် ပြီးဆုံးသည့်အဆင့်တစ်ခုမဟုတ်ဘဲ ဆက်လက်လုပ် ဆောင်နေသည့် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။





Autism Speaks

(www.autismspeaks.org)

သည်အိပ်စက်ခြင်း၊ မွေးချင်းများ
ကို ကူညီပံ့ပိုးပေးခြင်း၊ အလိုမကျ
ဖြစ်ခြင်းများကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းနှင့်
နောက်ထပ်အကြောင်းအရာများ
နှင့်ပတ်သက်၍ မိသားစုဝင်များ
အတွက် အခမဲ့ဒေါင်းလုဒ်ဆွဲနိုင်
သော ကိရိယာများ အစုံအလင်ပါရှိ
သည့်အကြောင်းအရာများကို ဖန်တီး
ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

လူ ပုဂ္ဂိုလ်များ

ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တစ်ဦး အနေဖြင့် သို့မဟုတ် အရွယ်ရောက်ပြီးသူ တစ်ဦးအနေဖြင့် သင့်တွင် အော်တစ်ဇ်ရောဂါရှိကြောင်း လေ့လာသင်ယူခြင်းသည် မှတ်သားစရာများစွာရှိနိုင်ပါသည်။ သင်၏ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းနှင့် သင့်အတွက် ၎င်းရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းသည် မည်သည့်အရာကိုဆိုလိုသည် ဆိုသည်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးနိုင်ရန်အတွက် အခြားသူများကို သင်ရှာဖွေရန် အရေးကြီးပါသည်။ သင့်အား နာမည်အသစ်တပ်ခြင်းဖြင့် သင်သည် အရာအားလုံးကိုရုတ်ချည်းကန့်သတ်ခံလိုက်ရသည်ဟု ဆိုလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။ ၎င်းအစား ၎င်းနာမည်အသစ်တပ်ခြင်းသည် “သင့်ကို ယုံကြည်မှု ဖြစ်စေသည်” ဟု သည့်အရာကို ပို၍နားလည်သဘောပေါက်နိုင်ရန်အတွက် ကိရိယာများကို သင့်အားပေးစွမ်းလိမ့်မည်ဖြစ်ပြီး သင့်အား တိုးတက်ကြီးပွားစေလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့်ပါသည်။ သင်သည် အလားတူပင် အလားအလာရှိသော လူသားတစ်ဦးအဖြစ် ရှိနေဆဲပင်ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အတွက် ကောင်းကောင်းအလုပ်ဖြစ်စေမည့် အရာကို နားလည်သဘော ပေါက်ခြင်းနှင့် သင့်အတွက် ခက်ခဲသောအရာများအတွက် အကူအညီကို ရှာဖွေခြင်းသည် အရေးကြီးမည်ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အတွက် အလုပ်ဖြစ်စေမည့် တိကျသောနည်းဗျူဟာများ ပေါ်ပေါက်လာစေရန်အတွက် သင့်အား ကူညီပေးနိုင်ရန် ရောဂါကုထုံးပညာရှင်တစ်ဦး သို့မဟုတ် စိတ်ကျန်းမာရေးပညာရှင်တစ်ဦးနှင့် လက်တွဲလုပ်ဆောင်ရန်အတွက် မကြောက်ပါနှင့်။

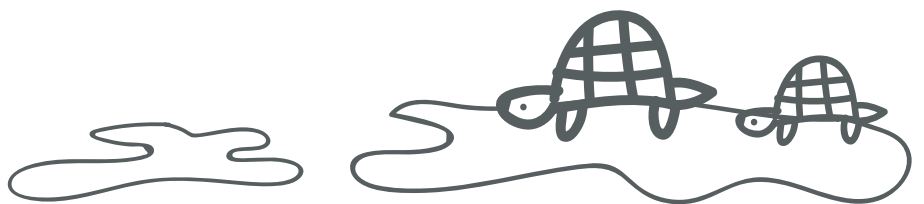
မွေးချင်းများ

ASD ရောဂါရှိသော ကလေးငယ်တစ်ဦး၏ မွေးချင်းများတွင် ၎င်းတို့ ကိုယ်ပိုင်ဖန်တီးထားသော မေးခွန်းများ၊ စိတ်ဖိစီးမှုများနှင့် စိန်ခေါ်မှုများ မကြာခဏ ရှိတတ်ကြပါသည်။ သင်သည်လည်း ၎င်းတို့၏လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန် အတွက် အရေးကြီးပြီး ၎င်းတို့နှင့်အတူ နေထိုင်နေရင်းပင် သင် တစ်ယောက်တည်း နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် အချိန်ယူနိုင်ရန်လည်း အရေးကြီးပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ASD ရောဂါရှိသော ၎င်းတို့၏မွေးချင်း၏တောင်းဆိုမှုများကြောင့် အလွယ်တကူ အရိပ်သဖွယ်လွှဲမိမိ ခံရနိုင်ပြီး ၎င်းတို့၏ကိုယ်ပိုင်ရောဂါကုထုံးများ သို့မဟုတ် သင်နှင့်အတူ ကုန်ဆုံးသည့် အထူးအချိန်များမှ နေ၍ ၎င်းတို့သည် အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိနိုင်ကြပါသည်။ ၎င်းသည် မွေးချင်းများ အတူတူပျော်မွေ့နိုင်သော လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများကို ရှာဖွေနိုင်ရန်အတွက် အထောက်အကူဖြစ်နိုင်ပါသည်။ Autism Speaks တွင် မွေးချင်းများအတွက် အထူးသီးသန့်ဖြစ်သော (www.autismspeaks.org) တွင် သင်ဒေါင်းလုဒ်လုပ်နိုင်သော စာအုပ်ငယ်တစ်အုပ်ရှိပါသည်။

မိသားစုဝင်များ

လူတစ်ဦးစီတိုင်းသည် ASD ရောဂါကို တမူထူးခြားစွာ ဆက်ဆံကြသကဲ့သို့ပင် သင့်မိသားစုရှိ အခြားသူများသည် မတူညီသောနည်းလမ်းများဖြင့် ရောဂါလက္ခဏာတွေ့ရှိချက်အသစ်တစ်ခုကို တုံ့ပြန်ကြမည်ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် သင့်တွင်ရှိသော အချက်အလက်အားလုံးကို လက်ခံနိုင်ခြင်းမရှိပါ။ တခါတရံတွင် မိဘများသည် ASD ရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ သူငယ်ချင်းများ သို့မဟုတ် မိသားစုနှင့် မပြောဆိုမီ ၎င်းတို့ပို၍စိတ်သက်တောင့်သက်သာဖြစ်သည့်အချိန်အထိ စောင့်ဆိုင်းရန် ရွေးချယ်ကြပါသည်။ သင်နှင့် သင့်ကလေးအား ချစ်သောအခြားသူများသည်လည်း စိတ်ထိခိုက်ခြင်း၊ ဒေါသထွက်ခြင်း သို့မဟုတ် စိတ်ရှုပ်ထွေးခြင်းတို့ကို ခံစားရနိုင်ပါသည်။ အောက်ပါကိစ္စရပ်များအတွက် ၎င်းတို့ကို အားပေးအားမြှောက်ပြုလုပ်ပေးပါ -

- သင့်ကလေးအတွက် သင်လုပ်ဆောင်နေသော ဆုံးဖြတ်ချက်များကို လေးစားမှုရှိပြီး ၎င်းဆုံးဖြတ်ချက်များကို ထောက်ခံမှုရှိပါစေ။
- ASD ရောဂါအကြောင်းကို ပိုမိုလေ့လာပါ။
- သင့်ကလေး အသုံးပြုလေ့ရှိသည့် ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များနှင့် စနစ်များအတိုင်း လိုက်နာပါ။
- ၎င်းတို့ ဘာသာ၎င်းတို့ ကူညီပံ့ပိုးနိုင်သည့်အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့ကို ရှာဖွေပေးပါ။



ကျွန်ုပ်တို့သည် အသက် 36 နှစ်တွင် အာရုံကြောဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာကစဉ်ကလေးရောဂါကို စစ်ဆေးတွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။ ၎င်းသည် ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသည့် သမရိုးကျအချိန်တစ်ချိန်ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းသည် နောက်ဆုံးတွင် ကျွန်ုပ်တို့အား ပုံမှန်ပြန်ဖြစ်အောင် ကြိုးစားခြင်းကို ရပ်တန့်နိုင်ရန်အတွက် ကူညီပေးခဲ့ပါသည်။ ASDs (အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အော်တစ်ဇင်ရောဂါများ) အကြောင်းကို ကျွန်ုပ်တို့ပို၍လေ့လာခဲ့ရလေလေ၊ လက်တွေ့ကျသော နည်းလမ်းတစ်ခုနှင့် ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသည့် နည်းလမ်းတစ်ခုဖြင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် ကျွန်ုပ်တို့နေထိုင်နိုင်ခဲ့လေလေဖြစ်ပါသည်။ ထူးခြားမှုမှာ လက်တွေ့အသုံးတည့်ရှိသကဲ့သို့ ၎င်းသည် အမှန်တကယ်ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသည်ဆိုသည်ကို ထွက်ပေါ်လာစေပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ ASD ရောဂါများကို အလွန်အလေးအနက်ထား၍ သုတေသနပြုခဲ့ပါသည်။ မိဘများ၊ ဆရာသမားများ၊ OT များနှင့် စိတ်ပညာရှင်များ၊ အာရုံကြောပညာရှင်များကို ကျွန်ုပ်တို့အင်တာဗျူးခဲ့ပါသည်။ ၎င်းသည် ၎င်းရောဂါကို အမည်တပ်ပေးခဲ့ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့တွေ့ရှိခဲ့ရသည့်အရာမှာ လိမ္မော်ပါးနပ်မှုရှိသည့် အရွယ်ရောက်ပြီးသူတော်တော်များများသည် အောက်စီ/အော်တစ်ဇင်ရောဂါ၏ “မျိုးစေ့ကိုရင်ဆိုင်လျက်” မနားတမ်းအလုပ်လုပ်ကိုင်နေခဲ့ကြသည်ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည်လည်း စိတ်ပျက်အားလျော့ခဲ့ကြပြီး ပင်ပန်းခဲ့ကြပါသည်။ ယင်းအချိန်အချို့တွင် ခွန်အားနှင့် ဝေဒနာကိုကူညီ၍ မိဘအချို့နှင့် ဆရာအချို့ကို ကယ်တင်နိုင်စေရန် မျှော်လင့်ချက်ဖြင့် ၎င်းတို့အတွက် “အကြံပြုချက်များ” ဆိုင်ရာစာရင်းတစ်ခုကို ကျွန်ုပ်တို့ပြုစုထားပြီးဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ကျွန်ုပ်တို့ “ဉာဉ်” ဟုခေါ်ဆိုသော ထူးဆန်းသောသက်ရှိသတ္တဝါများကို အမှန်တကယ်နှစ်သက်သော Aspie တစ်ဦး၏ စိတ်နှလုံးမှနေ၍ ဆင်းသက်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။

— Jennifer McIlwee Myers

ဂျပန်စာအကြံပြုချက်များ

1 ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်တို့ ကို "ပုံမှန်" ဖြစ်အောင် မကြိုးစားပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့ သည် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းကို ပို၍လိုလားပါသည်။ သင့်အချိန်နှင့် စွမ်းအင်အားလုံးကို မျက်လုံးချင်းဆုံအောင်ပြုလုပ်သည့် အာရုံစိုက်ခြင်းတွင်သာ သင် ဖြုန်းတီးလိုက်သောအခါတွင်နှင့် သင့်ခြေထောက်များ စည်းချက်လိုက်ခြင်းမရှိသောအခါတွင် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် ခက်ခဲပါသည်။

2 ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်တို့ ကို လွန်လွန်းမင်းမင်း မကာကွယ်ပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့ ကို မျက်နှာသာမပေးပါနှင့်။ သို့မဟုတ် ကျွန်ုပ်တို့ ကို အလိုမလိုက်ပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့ သည် အကျင့်ပျက်ခြင်းနှင့် စိတ်အလိုလိုက်လွန်းခြင်းကို နှိုက်နှိုက် ချွတ်ချွတ် လေ့လာသင်ယူ ခြင်းပြုစရာမလိုဘဲ ကျွန်ုပ်တို့တွင် လူမှုရေးပြဿနာများလုံလုံလောက်လောက် ရှိပြီးသားဖြစ်ပါသည်။

3 ကမ္ဘာကြီးကို သင်မည်သို့ဖြစ်စေလိုသည် သို့မဟုတ် ၎င်းကို သင် မည်ကဲ့သို့ ပင်ထင်မြင်ယူ ဆသည်နှင့်အညီ လူမှုဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာစွမ်းရည်များကို ကျွန်ုပ်တို့ အား မသင်ကြားပေးပါနှင့်။ အမှန်တကယ်ဖြစ်ပျက်နေသည့်အရာများကို သေသေချာချာကြည့်ပြီး လက်တွေ့ ကမ္ဘာ၏ စည်းကမ်းချက်များကိုသာ ကျွန်ုပ်တို့ အား သင်ကြားပေးပါ။

4 သင့်တွင် "မူမှန်သော" ကလေးတစ်ယောက်ရှိပါက သင့်ဘဝသည် ပြီးပြည့်စုံလိမ့်မည် သို့မဟုတ် အလွန်လွယ်ကူ ပေလိမ့်မည်ဆိုသည့် စကားမျိုးကို မပြောဆိုပါနှင့် နှင့်/သို့မဟုတ် အမူအရာကို မပြပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့ သည် သင်အလိုမရှိခဲ့သော သားသမီးများဖြစ်ကြသည်ဆိုသည့်အသိမျိုး ကျွန်ုပ်တို့တွင် သိနိုင်စွမ်းမရှိကြပါ။

5 ကျွန်ုပ်တို့ အား ပုံမှန်အတိုင်းနေပုံထိုင်ပုံပြုမှုဆက်ဆံပုံကို သင်ကြားပေးခြင်းနှင့် အောင်မြင်သောမျက်နှာဖုံးစွပ်ခြင်းဆိုသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ အား "အကျင့် ဆိုးကို ကုသပေးသည်" ဟု တွေးထင်ခြင်းမျိုးကိုဖြစ်စေသည့် အမှားမျိုးကို မပြုလုပ်မိပါစေနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့၏နေပုံထိုင်ပုံပြုမှုဆက်ဆံပုံသည် ပို၍ပုံမှန်ဖြစ်ပုံရလေလေ ကျွန်ုပ်တို့ သည် အလုပ်လုပ်ရာတွင် ပို၍ခက်ခဲလေလေဖြစ်ကြောင်း ကျေးဇူးပြု၍ သတိရပေးပါ။ သင့်အတွက် သဘာဝကျသော ရိုးရှင်းသော အပြုအမူသည် ကျွန်ုပ်တို့ အတွက်တော့ ထပ်ကာထပ်ကာ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကြိုးစားအားထုတ်မှု တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

6 ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်တို့ အား ဆုချီးမြှင့်ခြင်းဖြင့် ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ပါနှင့်။ သို့မဟုတ် ကျွန်ုပ်တို့ အား ပြစ်ဒဏ်များ ပေးခြင်းဖြင့် အပြစ် ပေးခြင်းမျိုး မပြုလုပ်ပါနှင့်။ စာသင်ကျောင်း၏ စိတ်ဖိစီးမှု အများဆုံးဖြစ်သောအပိုင်းတွင် အားလပ်ချိန်ကို ရှာဖွေနေသော ကျွန်ုပ်တို့ အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ အား အားလပ်ချိန်မှနေ၍ ဆက်လက်သင်ယူ နိုင်စေမည့်အရာတစ်ခုဖြစ်သည့် မည်သည့်လုပ်ဆောင်ချက်ကိုမဆို ကျွန်ုပ်တို့ သည် အစဉ်တစ်စိုက် တစ်ကျော့ပြန်၍ ထပ်ခါထပ်ခါ လေ့လာသင်ယူ မည်ဖြစ်ပါသည်။ ဖက်ရှင်ကျသော်လည်း အမှန်တကယ်ယားယံသောအဝတ်အစားများဖြင့် ကောင်းမွန်သောအပြုအမူအတွက် ဆုချီးမြှင့်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ ကို ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ဆက်ဆံတတ်စေရန် လေ့ကျင့်ပေးလိမ့်မည်ဖြစ်ပါသည်။

7 အကယ်၍ သင်သည် အခြားကလေးများ၏ အမူအကျင့်များကို အတုယူပြီး ၎င်းအမူအကျင့်များနှင့် လိုက်လျောညီထွေ ဖြစ်အောင် ကျွန်ုပ်တို့ အား ဇွဲကောင်းကောင်းနှင့် လေ့ကျင့်ပေးမည်ဆိုပါက ကျွန်ုပ်တို့ သည် ဆဲရေးတိုင်း ထွာတတ်လာအောင်၊ ရေပန်းစားသည့်အရုပ်များကို ညည်းတွားတတ်လာအောင်၊ သင်မကြိုက်သည့်ပုံစံများနှင့် ဝတ်စားဆင်ယင်ပြီး နောက်ဆုံးတွင် အရက်သောက်၊ ဆေးလိပ်သောက်ပြီး ဆယ်ကျော်သက်များကဲ့သို့ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကို လိုက်လံရှာဖွေရန်အတွက် ကြိုးစားမည်ဆိုပါက သင်မတုန်လှုပ်ပါစေနှင့်။ “ချစ်စရာကောင်းသည့်ကလေးငယ်များ” သည် သင်မသိသည့်အရာတော်တော်များကို လုပ်လိမ့်မည်ဟု သင်လွန်လွန်ကဲကဲ တွေးတတ်ပါသည် — သို့မဟုတ် အထက်တန်းကျောင်းကို သင်မမှတ်မိဘူးလား။

8 ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်တို့ နားလည်နိုင်သောအနေအထားတွင် ASD/Asperger ၏ ကနဦးရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ အချက်အလက်များကို ကျွန်ုပ်တို့ အားပေးပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ သည် ဖြစ်ပျက်နေသည့်အရာများကို သိရန်လိုအပ် – ပြီး သင် ကျွန်ုပ်တို့ ကိုပြောသည်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် မပြောသည်ဖြစ်စေ ကျွန်ုပ်တို့ အတွက် တစ်စုံတစ်ခု "မှားယွင်းနေသည်" ကို ကျွန်ုပ်တို့ အဖြေရှာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

9 ကျွန်ုပ်တို့ အား နာမည်တပ်ခြင်းခံရမည်ကို သင်ကြောက်သောကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့ အတွက်ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းတစ်ခုကို ပြုလုပ်ပေးရန် သင် မရှောင်ပါနှင့်။ သို့မဟုတ် အကူအညီတစ်ခုပေးရန် သင်မရှောင်ပါနှင့်။ ယင်းရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှုနှင့် သင့်လျော်သောပံ့ပိုးမှု ညီမှု မရှိဘဲ ကျွန်ုပ်တို့ ၏ဆရာများ၊ မိသားစုနှင့် အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်သောကျောင်းသားများသည် ကျွန်ုပ်တို့ အား နာမည်တပ်မှု ပေါင်းများစွာကို ပေးလိမ့်မည်ဖြစ် – ပြီး ၎င်းတို့ ကို ကျွန်ုပ်တို့ မကြာခဏကြားရလျှင် ကျွန်ုပ်တို့ သည် ၎င်းတို့ ကို ယုံကြည်ကောင်းယုံကြည်ရုံ ဖြစ်သွားနိုင်ပါသည်။

10 ကျွန်ုပ်တို့ မလုပ်နိုင်သည့် အရာများကို ကျွန်ုပ်တို့ အား အတင်းအကျပ် မလုပ်ခိုင်းပါနှင့်။ အတင်းအကြပ်ခိုင်းစေသောလူ မှု ဆက်ဆံရေး ပိုင်းဆိုင်ရာအခြေအနေတစ်ခုမှာ ကျွန်ုပ်တို့ အား ပစ်ဖိတ်သမုဒ္ဒရာအလယ်တွင် စွန့်ပစ်ခြင်းသည် ကျွန်ုပ်တို့ အား ရေကူးတတ်လာအောင် သင်ကြားပေးလိမ့်မည်ဆိုသည်ထက် ကျွန်ုပ်တို့ အား လူမှု ဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်ကို နောက်ထပ် သင်ကြားပေးလိမ့်မည် မဟုတ်ပေ။

11 အခြားကလေးများလုပ်သည့်အရာအတွက် ကျွန်ုပ်တို့ ကို အပြစ်အပေးပါနှင့်။ နူးညံ့သိမ်မွေ့သော “အော်တစ်ဇင်ရောဂါဆိုင်ရာ” အပြုအမူများ ရှိသည့် အတွက် အခြားကလေးများက ကျွန်ုပ်တို့ ကို ကျီစယ်၍ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်သည့် အချက်သည် ကျွန်ုပ်တို့ သည် ပြောင်းလဲရန် လိုအပ်သည်ဟု မဆိုလိုပါ။ ၎င်းတို့ သည် ယင်းသို့ပြုမှု ဆက်ဆံတတ်သည်ကို ဆိုလိုပါသည်။ အားလပ်ချိန်တစ်ခုလုံးတွင် ခုန်ပေါက်ရန် သို့မဟုတ် လွှားခနဲပြေးရန် လိုအပ်ခြင်းသည် အကျင့်စာရိတ္တ ပိုင်းဆိုင်ရာအရ မှားယွင်းမှု မရှိပါ။ ၎င်းသည် အာရုံကြောဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှု ရှိသည့်တစ်စုံတစ်ဦးကို ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

12 “ကျွန်ုပ်တို့ ကို သင်ခန်းစာတစ်ခု သင်ပေး” ရန်အတွက် အရှက်တကွဲဖြစ်စေခြင်း သို့မဟုတ် အများသူငှာရှေ့တွင် ကသိကအောက် ဖြစ်စေခြင်းမျိုးကို ကျင့်သုံးရန် မကြိုးစားပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့ သည် ယင်းသင်ခန်းစာကို အခြားသူများထံမှ အလွန်အမင်း ခံစားထားရပြီး သင်ယူခဲ့ရသည့် တစ်ခုတည်းသော သင်ခန်းစာမှာ သင်ကိုလည်း ကျွန်ုပ်တို့ မယုံကြည်နိုင်တော့ပေ။

13 ထိုသို့ သင်ခန်းစာပေးရန် လိုအပ်သည့်အခါ ကျွန်ုပ်တို့ ကို အပြစ်ပေးပါ (သို့မဟုတ် ကျွန်ုပ်တို့ အား “အကျိုးဆက်များ” ကိုရှင်းပြပေးပါ။ ဘုရားသခင်က ကျွန်ုပ်တို့ ကိုကူညီပေးပါ) – သို့သော် အကြောင်းတရားနှင့် အကျိုးတရားအကြား ဆက်စပ်မှု ကို အလွန်အလွန် ရှင်းရှင်းလင်းလင်းသိနိုင်အောင် ရှင်းလုပ်ပေးပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ ၏အပြုအမူ သည် ကျွန်ုပ်တို့ အတွက် မလိုလားအပ်သောရလဒ်ကို မည်သို့ ဖြစ်စေနိုင်သည်ကို နားလည်ရန် ရုပ်ပုံပြသင်ထောက်ကူ ပစ္စည်းများ လိုအပ်ပါသည်။

14 ကျွန်ုပ်တို့ ၏အပြုအမူ သည် ကျွန်ုပ်တို့ အတွက် အန္တရာယ်ရှိနိုင်သောအခါတွင် ကျွန်ုပ်တို့ အား အလွန်အမင်း ပေါ့ပေါ့ဆဆ မထားပါနှင့်။ ဥပမာအားဖြင့် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်တွင် အစောပိုင်းခိုးကြောင်ခိုးဝှက်အပြုအမူ သည် ကြီးလေးသောအကျိုးဆက်များ ဖြစ်ပေါ်စေသင့်သည် - အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်ုပ်တို့ ငယ်ရွယ်စဉ်က ယင်းအပြုအမူ ကို အလေးအနက်မထားဘဲ ကျွန်ုပ်တို့ အသက်ကြီးလာသောအခါတွင် ၎င်းအပြုအမူ သည် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပါသည်။

15

Asperger ရောဂါကိုကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနိုင်စေရန်အတွက် လေ့ကျင့်မထားသော လေ့ကျင့်ရေးစခန်းအကြံပေးများ၊ "၎င်းတို့ နည်းတူ သက်တူ ရွယ်တူ များ" သို့မဟုတ် လူငယ်သင်းအုပ်ဆရာများကိုမယုံကြည်ပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ပြဿနာများအတွက် ၎င်းတို့၏အဖြေများသည် မကြာခဏဆိုသလို “ပိုကြိုးစားပါ” “သင် အမှန်တကယ် လုပ်ချင်ပါက သင် လုပ်နိုင်ပါသည်” နှင့် “၎င်းကို စိတ်ညစ်မနေပါနှင့်” ကဲ့သို့ သော အလွန်ဖျက်လိုဖျက်စီးနိုင်သော စကားစုများ ပါရှိပါသည်။

16

တစ်ခုခုကို စံနမူနာမထားဘဲနှင့် အခြားတစ်ခုကို မသင်ပေးပါနှင့်။ သင်စိတ်ဆိုးသည့်အခါ သင်အော်ဟစ်ပြီး ရိုက်နှက်မည်ဆိုပါက ကျွန်ုပ်တို့လည်း သင့်ကဲ့သို့ပင် လုပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် ကျွန်ုပ်တို့ကို ဒေါသထွက်နေသည်ဆိုပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ “အော်တစ်ဇင်ရောဂါပိုင်းဆိုင်ရာဒေါသထွက်မှုများ” ကို သင် မတုန်လှုပ်ပါနှင့်။ နောက်ပြီးလျှင် သင်ဆေးလိပ်သောက်နေစဉ်တွင် သင့်ခြေထောက်များကို ပုတ်၍ သင်၏ လက်သည်းကို ဆိတ်ကာဆိတ်ကာ ကစားနေပြီး ယနေ့သင်၏ တတိယအကြိမ်မြောက် လက်တေးနှစ်ဆပါသောကော်ဖီကို ဌှံ့နေစဉ်တွင် ကျွန်ုပ်တို့၏ အကြောင်းတရားများအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်ုပ်တို့အား ပြစ်တင်ဆုံးမခြင်း မပြုပါနှင့်။

17

“ချို့ယွင်းချက်ရှိသော” ကလေးတစ်ဦးရှိသည့်အတွက် ၎င်းသည် သင့်အတွက် ကိုယ်စားပြုသောကြောင့် တစ်စုံတစ်ခုတွင် အကြီးအကျယ်အောင်မြင်မှု ရစေရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့အား မတောင်းဆိုပါနှင့်။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံး Temple Grandin မဖြစ်နိုင်ကြပေ။ သင်၏သူငယ်ချင်းများကို ကျွန်ုပ်တို့အကြောင်း မကြားနိုင်လျှင်ပင်တောင်မှ ရိုးသားသည့်အလုပ်အားလုံးသည် မွန်မြတ်သည်ဆိုသည်ကိုသတိရပေးပါ။

18

အကယ်၍ သင်သည် တို့သို့ ပြုလုပ်ပေးနိုင်ရန်အတွက် အနားယူခြင်းဆိုင်ရာ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ပေးနိုင်ရန် စီစဉ်ရန်လိုအပ်သည်ဆိုလျှင်တောင်မှ ကျွန်ုပ်တို့၏ မောင်နှမများနှင့် အချိန်ဖြုန်းပေးပါ။ တစ်ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ် သို့မဟုတ် ထို့ထက်မက စားရသည့် အမြန်စားအစားအစာအရောအနှောတွင် နေ့လယ်စာသာ စားရန်ရှိသော်လည်း ကျွန်ုပ်တို့မပါဘဲ ၎င်းတို့အတွက် အထူးစားစရာတစ်ခုခုကို စီစဉ်ပေးပါ။

19

လိုအပ်သလို သင့်ကိုယ်သင်အတွက် အကူအညီတောင်းပါ။ တတ်နိုင်သမျှ စိတ်သက်သာရာရရေးဆိုင်ရာ ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးကို အသုံးပြုပါ။ သင် စိတ်ဓာတ်ကျနေချိန်တွင် သိမြင်မှုပိုင်း - အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ အကြံဉာဏ်ပေးခြင်း နှင့်/သို့မဟုတ် ဆေးဝါးကို ရယူပါ။ ၎င်းအရာအားလုံးကို တစ်ယောက်တည်းလုပ်ဆောင်ရန် မကြိုးစားပါနှင့်။ မှတ်သားရန် - ကျွန်ုပ်တို့တွင် သပ်ရပ်သန့်ရှင်းသည့် အိမ်တစ်လုံးရှိဖို့ ထက် သင်သည် ခေတ္တခဏ အိပ်စက်ခြင်းကို ရရှိနိုင်ရန်နှင့် အာဟာရဖြစ်စေသော အစားအစာတစ်ခုခုကို ရရှိနိုင်ရန် ပို၍ အရေးကြီးပါသည်။

20

အရေးကြီးဆုံးသောအချက် - ကျေးဇူးပြု၍ ကျေးဇူးပြု၍ ကျေးဇူးပြု၍ ကျွန်ုပ်တို့ကို ချစ်ခင်နိုင်ရန်နှင့် လက်သင့်ခံနိုင်ရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့ “ပျောက်ကင်းသွားသည်” အထိ သို့မဟုတ် “ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာသည်” အထိ မစောင့်ဆိုင်းပါနှင့်။ ၎င်းနည်းလမ်းကို အသုံးပြုပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ ဘဝအချိန်တစ်ခုလုံးကို သင်ဆုံးရှုံးသွားနိုင်ပါသည်။

* Asperger ၏ ရောဂါလက္ခဏာစု ကို 2013 ခုနှစ်မှ စတင်၍ ယခု အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အော်တစ်ဇင်ရောဂါ အဖြစ် ရှိရှင်းစွာ ခေါ်ဆိုကြောင်း ကျေးဇူးပြု၍ သတိပြုပါ။ သို့သော် Asperger ၏ ရောဂါလက္ခဏာစုဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာရှိထားသည့် လူတော်တော်များများသည် အဆိုပါ ကနဦးရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေ ရေးဆိုင်ရာဘာသာစကားကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားရန် အဆင်ပြေဆုံးဖြစ်ပါသည်။



အတွေးအမင် ပိုင်းဆိုင်ရာ နယ်ပယ်ကို သတ်မှတ်ခြင်း

"အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာနယ်ပယ်" ဟူသောအသုံးအနှုန်းသည် လူတစ်ဦးချင်းစီအတွက် ရောဂါလက္ခဏာများ အလွန်ကွဲပြားခြားနားမှုရှိနိုင်သည် ဟုဆိုလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ASD ရောဂါဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းကို သတ်မှတ်ရာတွင်ရှင်းလင်းသောပုံစံများရှိနေသော်လည်း မတူညီသော ရောဂါလက္ခဏာများသည် မတူညီသည့်လူသားများအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုအမျိုးမျိုးရှိပါသည်။

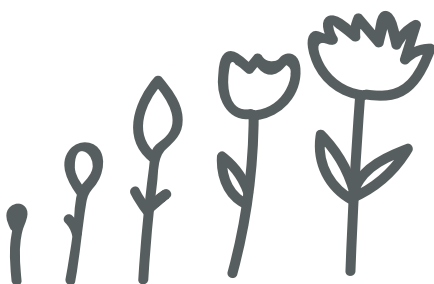
ရောဂါပြင်းထန်မှုမြင့်မားလာခြင်းဆိုင်ရာ အရေအတွက်ပြမျဉ်းတစ်ကြောင်းကို တွေးခြင်းထက် ASD ရောဂါကို "ဘူဖေး" တစ်ခုကဲ့သို့ သင်တွေးကြည့်နိုင်ပါသည် - စားပွဲရှိ လူတိုင်းသည် တူညီမှုရှိသော အခြေခံသင်တန်းများကို ရရှိကြသော်လည်း အစားအစာခွဲတမ်းချခြင်းနှင့် အစားအစာများသည် တစ်ဦးချင်းစီအတွက်မူ တစ်မူထူးခြားမှုရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အတွက်ကြောင့် ASD ရောဂါသည် လူတစ်ဦးစီတွင် အလွန်ကွဲပြားခြားနားမှုရှိပေါ်နိုင်ပြီး ၎င်းရောဂါသည် ဘဝတစ်သက်တာ တစ်လျှောက်တွင်လည်း ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကလေးတစ်ဦးသည် လူမှုဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များတွင် အလွန်ခက်ခဲသောအချိန်ရှိနေနိုင်ပြီး ၎င်းတွင် အလွန်နည်းပါးသည့် ထပ်ခါတလဲလဲပြုလုပ်သည့် အပြုမူမှုများရှိနေနိုင်ပါသည်။ အခြားကလေးသည် ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များအရ ဘာသာစကားနှင့် ထိတွေ့မှု ရှိကောင်းရှိနိုင်ပြီး ၎င်းဘာသာစကားနှင့် အလွယ်တကူရင်းနှီးနိုင်သည့် အချိန်တစ်ခု ရှိကောင်းရှိနိုင်ပါသည်။ သူငယ်တန်းတွင် ရှက်တက်ပုံပေါ်သော မိန်းကလေးတစ်ဦးသည် အလယ် တန်းကျောင်းတွင် စကားပြောဆိုမှုအား ပိုကောင်းလာနိုင်သော်လည်း စိုး ရိမ်စိတ် သို့မဟုတ် စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းတို့ ဖြင့်လည်း စတင်ရုန်းကန်ရနိုင်ပါသည်။

ASD ရောဂါလက္ခဏာကို မည်သို့ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရမည်နည်း။

သွေးစစ်ဆေးမှုများ သို့မဟုတ် ဦးနှောက်ပုံရိပ်ဖော်ခြင်းအပါအဝင် ASD ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှုကို လုပ်ဆောင်နိုင်သော ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ စမ်း သပ်စစ်ဆေးမှုမရှိပါ။ သို့သော် ASD ရောဂါတစ်ခုအတွက် အကဲဖြတ်မှုတစ်ခု၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် ပြီးမြောက်အောင်လုပ်ဆောင်သင့်သော အကဲဖြတ်မှုပေါင်းများစွာ ရှိပါသည်။ အဆိုပါစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုအများစုကို "စံသတ်မှတ်ထားသော" သို့မဟုတ် "အတည်ပြုထားသော" စစ်ဆေးမှုများဟုခေါ်ဆိုပါသည်။ ၎င်းတို့သည် အလွန်တိကျသော အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာပုံစံအချို့ကို ရှာဖွေနေစဉ်တွင် လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးချင်းစီနှင့် အပြန်အလှန် တုံ့ပြန်ပြောဆိုနိုင်ရန်အတွက် ကောင်းမွန်စွာ လေ့ကျင့်ထားသော ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦး (ဆရာဝန်တစ်ဦး သို့မဟုတ် စိတ်ပညာရှင်တစ်ဦး) ကို လိုအပ်ပါသည်။ အခြားအကဲဖြတ်ချက်များသည် ASD ရောဂါကဲ့သို့ သို့မဟုတ် ASD ရောဂါ (ADHD ရောဂါကဲ့သို့) နှင့်အတူ ယှဉ်တွဲဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသော အခြား စိတ်ကစဉ်ကလျားရောဂါများကို ဖယ်ရှားရန်အတွက် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအဖွဲ့ကို ကူညီပေးပါသည်။ အဖွဲ့သည် ကူညီပံ့ပိုးမှုများ၊ ကြားဝင်ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ပေးမှုများနှင့် ပန်း တိုင်ကိုသတ်မှတ်ရာတွင် မှန်ကန်သောအစီအစဉ်များကို သေချာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် တစ်ဦးချင်းစီ၏ အားသာချက်များနှင့် အား နည်းချက်များကို နားလည်သဘောပေါက်စေရန် ၎င်းအဖွဲ့အား ကူညီပေးရန်အတွက် အချို့သော စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများကို အသုံးပြုပါသည်။

အကဲဖြတ်ခံရသူတစ်ဦးချင်းစီနှင့် တိုက်ရိုက်စစ်ဆေးသည့် စမ်းသပ်စစ် ဆေးမှုများဆိုင်ရာ ပေါင်းစပ်စစ်ဆေးမှုတစ်ခုအပြင် မိဘအစီရင်ခံစာ သို့မ ဟုတ် ဆရာ/ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေး သူများ/ အလုပ်ရှင်များထံမှ အချက်အ လက်ထည့်သွင်းမှု အပေါ်အားကိုးအားထားပြုသည့် အင်တာဗျူး များလည်း များသောအားဖြင့် ရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။ အချက်အလက်နှစ်မျိုးစလုံး (တိုက်ရိုက်နှင့် သွယ်ဝိုက်) သည် ရောဂါလက္ခဏာတစ်ခု ရှာဖွေခြင်းအတွက် အရေးကြီးပါသည်။ အဆိုပါအရာသည် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအဖွဲ့အား ကောင်းမွန်သောအပြုအမူဆိုင်ရာ “လျှပ်တစ်ပြက်ရိုက်ချက်”



တစ်ခုကိုရရှိစေသည့်အပြင် ရက်ချိန်းများအတွင်း ၎င်းတို့ မစောင့်ကြည့်မလေ့လာနိုင်သော မည်သည့်အပြုအမူများ၏သမိုင်းကြောင်းတစ်ခုကိုမဆိုလည်း ရရှိနိုင်စေရန်အတွက် ကူညီပေးပါသည်။

ASD ရောဂါကို နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း

ASD ရောဂါသည် ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမှု အားနည်းခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ASD ရောဂါ၏ လက္ခဏာများသည် ငယ်ရွယ်စဉ် ကလေးဘဝတွင် ပေါ်ပေါက်ပါသည် (၎င်းတို့သည် နောက်ပိုင်းအထိတိုင်အောင် ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်း မရှိနိုင်သော်လည်း) နှင့် အခြားသူများနှင့် ဆက်ဆံနိုင်ရန်နှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုနိုင်ရန် အတွက် လူတစ်ဦး၏ စွမ်းရည်ပိုင်းတွင် သိသာထင်ရှားသော စိန်ခေါ်မှုများ ပါဝင်ပါသည်။

အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အော်တစ်ဇင်ရောဂါ (ASD) ဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းအတွက် ဆေးကုသမှုပိုင်းဆိုင်ရာ စံသတ်မှတ်ချက်များသည် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းမှုများ၏ ရောဂါရှာဖွေရေးနှင့် ကိန်းဂဏန်း စာရင်းအင်းလက်စွဲစာအုပ်၊ ပဉ္စမအကြိမ်ထုတ်ဝေခြင်း (DSM-5) အပေါ်တွင် အခြေခံထားပါသည်။ အစောပိုင်းစတုတ္ထအကြိမ်ထုတ်ဝေမှုမှ အဓိကပြောင်းလဲမှုတစ်ခုမှာ ASD ရောဂါကို အမျိုးအစားခွဲပေါင်းများစွာ (PDD-NOS၊ Asperger's Disorder နှင့် Autistic Disorder ကဲ့သို့) မဟုတ်ဘဲ ယခုအခါတွင် တစ်ခုတည်းသော အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာနယ်ပယ်တစ်ခုအဖြစ် စဉ်းစားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါပြောင်းလဲမှု၏အကြောင်းရင်းမှာ လွန်ခဲ့သည့်ဆယ်စုနှစ်များအတွင်း သုတေသနပြုချက်များအရ အမျိုးအစားခွဲတစ်ခုစီရှိ ပင်မရောဂါလက္ခဏာများသည် အမှန်တကယ်ဆင်တူမှုရှိခဲ့ကြပြီး အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ရောဂါပြင်းထန်မှု ပြင်းအား ပြောင်းလဲသွားကြောင်း ပြသခဲ့ပါသည်။

ASD ရောဂါကို အများအားဖြင့် အဓိကအပြုအမူ၏ အစုတစ်ခုက သတ်မှတ်ထားသောကြောင့် ၎င်းတို့ တစ်ခုတည်းသော ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းတစ်ရပ်အဖြစ် အကောင်းဆုံးကိုယ်စားပြုပါသည်။

အဆိုပါရောဂါကို တစ်ခုတည်းသော ရောဂါလက္ခဏာ ရှာဖွေခြင်းတစ်ရပ်အဖြစ် မပြောင်းလဲမီ ASD ရောဂါအမျိုးအစားတစ်ခုခု ရှိထားသူတိုင်းသည် ASD ရောဂါအတွက် စံသတ်မှတ်ချက်အသစ်များနှင့် ကိုက်ညီမှုရှိနေသေးကြောင်း သိရှိထားရန် အရေးကြီးပါသည်။



ASD ရောဂါလက္ခဏာရှိထားသော ကလေးတစ်ဦးတွင် သရုပ်ပြရမည့် ရောဂါလက္ခဏာများကို အောက်ပါအတိုင်း ဖော်ပြထားပါသည် -

1 လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ အပြန်အလှန်ဆက်ဆံရေးနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခက်အခဲများ (ဆက်တင်များတစ်လျှောက်တွင်) -

- လူမှုရေး- စိတ်ဓါတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အပြန်အလှန် ဖလှယ်ခြင်း (စိတ်ဝင်စားမှုများ သို့မဟုတ် စိတ်ဓါတ်ပိုင်းဆိုင်ရာများကို မျှဝေခြင်း၊ အရာဝတ္ထုများကို ညွှန်ကြားခြင်း၊ လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာအခြေအနေများကို အစပျိုးလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ အပြန်ပြန်အလှန်လှန် စကားစမြည်ပြောဆိုခြင်း)
- နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုခြင်းမဟုတ်သော ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှုကို အသုံးပြုခြင်းနှင့် နားလည်သဘောပေါက်ခြင်း (မျက်လုံးချင်းဆိုင်ခြင်း၊ မျက်နှာအမူအရာများ၊ လက်ဟန်ခြေဟန်အမူအရာများ၊ ကိုယ်ဟန်ပြဘာသာစကား၊ နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုခြင်းနှင့် နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုခြင်း မဟုတ်သော အားထုတ်မှုများကို ပေါင်းစပ်ခြင်း)
- အသက်အရွယ်အလိုက် ပုံမှန်လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာဆက်ဆံရေးများကို ပြု လုပ်ခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းခြင်း (အခြားသူများကို စိတ်ဝင်စားမှုပြသခြင်း၊ စိတ်ကူးယဉ်ကစားကွက်ကို မျှဝေခြင်း၊ အခြေအနေများကို သဘာဝတရားစရန်အတွက် အပြုအမူကို အလိုက်သင့်ပြုမူနေထိုင်ခြင်း)

2 ကန့်သတ်ထားပြီး ထပ်ခါတလဲလဲပြုလုပ်သည့်အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ပုံစံများ၊ စိတ်ဝင်စားမှုများ သို့မဟုတ် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများ (၎င်းတို့ထဲမှ နှစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုထက်ပို၍) -

- ထပ်ခါတလဲလဲ ပြောဆိုခြင်း၊ ရွေ့လျားနေသောလှုပ်ရှားမှုများ သို့မဟုတ် အရာဝတ္ထုများကိုအသုံးပြုခြင်း (လက်ခုပ်တီးခြင်း၊ သံယောင်လိုက်ခြင်း၊ လကတွေ့မကျသော အရာဝတ္ထုများကို အသုံးပြုခြင်း)
- လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များ၊ ထပ်ခါတလဲလဲပြုမူပုံများအကြောင်း သို့မဟုတ်ပြောင်းလဲမှုပြုလုပ်ရန်အတွက် ပြင်းထန်သော ခံနိုင်ရည်အားရှိခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ပြုပြင်ပြောင်းလဲ၍မရခြင်း (တူညီမှုရှိသော မောင်းနှင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာလမ်းကြောင်းပေါ်တွင် အမိအရတိုက်တွန်းခြင်း၊ ထပ်ခါတလဲလဲ မေးခွန်းထုတ်ခြင်း သို့မဟုတ် သေးငယ်သောပြောင်းလဲမှုများတွင် အလွန်အမင်းစိတ်ပူပင်သောကဖြစ်ခြင်း)
- အဆမတန် ပြင်းထန်သော သို့မဟုတ် အာရုံစူးစိုက်မှုရှိသော ကန့်သတ်ထားသော၊ အစွဲအလမ်းကြီးသောစိတ်ဝင်စားမှုများ (အရာဝတ္ထုများအပေါ်တွယ်တာမှု၊ အလွန်အမင်းနည်းပါးသော စိတ်ဝင်စားမှုများ သို့မဟုတ် အာရုံစူးစိုက်မှုရှိသော စိတ်ဝင်စားမှုများ)
- အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အချက်အလက်ထည့်သွင်းမှုပေါ်တွင် တုံ့ပြန်မှုလွန်ကဲခြင်း သို့မဟုတ် တုံ့ပြန်မှုနည်းပါးခြင်း သို့မဟုတ် ပတ်ဝန်းကျင် ၏ အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံခံသွင်ပြင်များပေါ်တွင် တမူထူးခြားသော စိတ်ဝင်စားမှု (နာကျင်မှု/ အပူ/အအေး၊ တိကျသောချာသော အသံများသို့မဟုတ် အသွင်အပြင်များ၊ အရာဝတ္ထုများကို အနံ့ခံခြင်း သို့မဟုတ်ထိမိခြင်း၊ မီးရောင်များ သို့မဟုတ် လှည့်နေသော အရာဝတ္ထုများကို စွဲမက်ခြင်း)

3 အဆိုပါအခက်အခဲများသည် ငယ်ရွယ်စဉ် ကလေးဘဝတွင် ရှိနေရပါမည် (သို့သော် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များသည် လူတစ်ဦး၏ စွမ်းဆောင်ရည်များထက် မကျော်လွန်သေးသရွေ့ အပြည့်အ မတွေ့ရှိနိုင်ပေ)။

4 အဆိုပါအခက်အခဲများသည် နေ့စဉ်လုပ်ငန်းဆောင်တာများကို ကန့်သတ်ထားပြီး ထိခိုက်စေပါသည်။

ASD ရောဂါ၏ အခြား ဝိသေသလက္ခဏာ များ

ဆန်းသစ်သောအတွေးအမြင်

ဘာသာရပ်တစ်ခုကို ကျွမ်းကျင်ပိုင်နိုင်စေရန်အတွက် ASD ရောဂါတစ်ခုရှိသူများသည် ၎င်းတို့၏ ပင်ကိုယ်အတွင်းစိတ်ဆန္ဒကြောင့် အလွန်တောက် ပလာနိုင်ကြပြီး အလွန်အမင်း စိတ်အားထက်သန်လာနိုင်ကြပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ၎င်းတို့သည် ပြင်းပြသော စိတ်ဝင်စားမှုများရှိပြီး ယင်းနယ်ပယ်များတွင် ကျွမ်းကျင်သူများဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ သိမြင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းသန်စစ်ဆေးမှုတွင် အလွန်အားကောင်းသူများသည်ပင် အောက်ပါကဲ့သို့သော နယ်ပယ်များစွာတွင် အခက်တွေ့ရသည့်အချိန်တစ်ချိန် ရှိနေဆဲ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

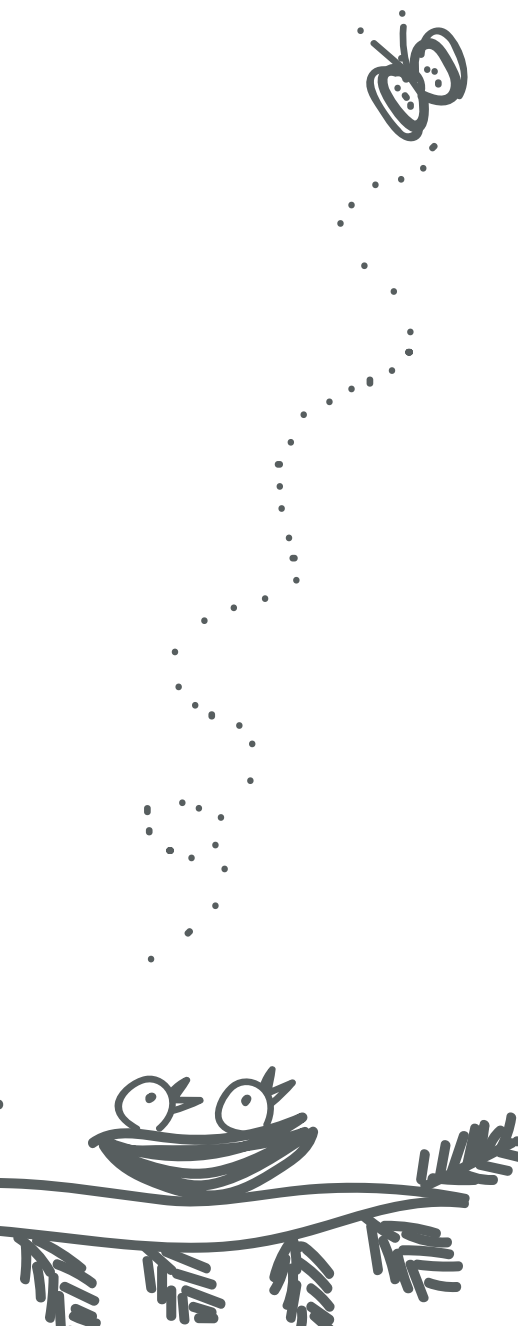
- စိတ်ကူးသက်သက်ဖြစ်သော အတွေးအမြင်
- ရုပ်ပုံတစ်ခုလုံးကိုမြင်ရခြင်း
- အရေးမကြီးသည့်အရာကို စိစစ်ထုတ်ခြင်း
- အဖွဲ့အစည်း
- အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း
- ပြဿနာကိုဖြေရှင်းခြင်း
- ၎င်းတို့ သင်ယူထားပြီးသော အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို ဆွေးနွေးပြောဆိုခြင်း နှင့် မတူညီသောနေရာတစ်ခုတွင် ၎င်းကိုအသုံးပြုခြင်း

ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းတွင်နှောင့်နှေးကြန့်ကြာမှု (GDD)

ကလေးငယ်များသည် ၎င်းတို့ဘဝများ၏ မတူညီသော နယ်ပယ်များ တစ်လျှောက်တွင် နှောင့်နှေးကြန့်ကြာနေသောအခါ အဆိုပါရောဂါလက္ခဏာကို (ဥပမာ ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေး၊ ကောင်းမွန်သောရွေ့လျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များ၊ သို့မဟုတ် အသက်အရွယ်အလိုက် ပုံမှန်မှီခိုမှုကင်းကင်းဖြင့် ရပ်တည်နိုင်ခြင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များကဲ့သို့သော) ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာကို ရိုးရိုးရှင်းရှင်းဖြင့် ဆိုလိုရင်းမှာ ကလေး၏စွမ်းရည်နယ်ပယ်အများစုတွင် နှောင့်နှေးမှုကို တွေ့မြင်နိုင်သည်ကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေမှုသည် အသက်ခြောက်နှစ်နှင့် ၎င်းနှစ်အောက် ကလေးများအတွက်ဖြစ်ပါသည်။

ဥာဏ်ရည်ပိုင်းဆိုင်ရာမသန်စွမ်းမှု (ID)

အကယ်၍ လူတစ်ဦးတွင် အိုင်ကျူနိုမ့်နေပါက (စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်ကို တိုင်းတာမှုတစ်ခု) နှင့် ၎င်းတို့၏ "ဘဝပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များ" သည် အသက်ခြောက်နှစ်ပြည့်ပြီးနောက်တွင် သိသိသာသာ နှောင့်နှေးနေပါက ၎င်းကို ဥာဏ်ရည်ပိုင်းဆိုင်ရာမသန်စွမ်းမှု ဟုခေါ်ပါသည်။ ID အား အသက် 18 နှစ်မတိုင်မီတွင် ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေရမည်ဖြစ်ပြီး ၎င်း ID တွင် ၎င်းတို့၏နေ့စဉ်ဘဝလှုပ်ရှားမှုများကို (ဥပမာ- မိမိကိုယ်ကိုစောင့်ရှောက်ခြင်းနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်းကဲ့သို့သော) ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ စွမ်းဆောင်ရည်တွင် သိသာထင်ရှားသောကန့်သတ်ချက်များရှိသောသူများ ပါဝင်သည့်အပြင် ပြဿနာများကိုဆင်ခြင်ရန်၊ အစီအစဉ်ရေးဆွဲရန်နှင့် ဖြေရှင်းရန်အတွက် ၎င်းတို့၏ ယေဘုယျစိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များလည်း ပါဝင်ပါသည်။



စိုးရိမ်ကင်းကြောင့်နှင့် စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း

ASD ရောဂါရှိသူအချို့သည်လည်း စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှု နှင့်/သို့မဟုတ် စိတ်ဓာတ်ကျခြင်းတို့ကို ခံစားကြရပါသည်။ ကလေးများသည် အသက်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ နှင့် လူမှုရေးပိုင်းတွင် ပိုမိုပြီး သိရှိလာသည်နှင့်အမျှ အဆိုပါရောဂါသည် ပို၍အဖြစ်များလာပါသည်။ အသက်ကြီးလာသည်နှင့်အမျှ လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ မျှော်လင့်ချက်များလည်း တိုးလာသောကြောင့် သက်တူရွယ်တူများနှင့် လိုက်လျောညီထွေရှိရန်အတွက် ပို၍ပင်ခက်ခဲလာပါသည်။ အဆိုပါရောဂါကြောင့် စိတ်ဖိစီးမှုသည် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ စုပုံများပြားလာနိုင်ပြီး ၎င်းသည် လူတစ်ဦးအား အမြဲတစေစိုးရိမ်ပူပန်မှုကို ခံစားရခြင်းအတွက် သို့မဟုတ် မျှော်လင့်ချက်ကင်းမဲ့မှုကို ခံစားရခြင်းအတွက် ခုခံနိုင်စွမ်းအားနည်းလာအောင် ပြုလုပ်ပေးပါသည်။ အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ စိတ်ခံစားချက်နှင့် သံသယဖြစ်ဖွယ်ကောင်းသော အပြုအမူများသည် ပြောင်းလဲလာပါက ၎င်းတို့အားရောဂါကုထုံးပညာရှင်များနှင့် အဓိကဆရာဝန်များနှင့် ဆွေးနွေးသင့်ပါသည်။

မျိုးရိုးဗီဇပိုင်းဆိုင်ရာစိတ်ကစဉ်ကလေးရောဂါများ

ASD ရောဂါရှိသူ အချို့သောလူများတွင် ၎င်းရောဂါသည် Fragile X Syndrome ကဲ့သို့သော မျိုးရိုးဗီဇပိုင်းဆိုင်ရာစိတ်ကစဉ်ကလေးရောဂါများ၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုအဖြစ် ရှိနေပါသည်။ အခြားသူများတွင် Down Syndrome ကဲ့သို့သော အခြားရောဂါလက္ခဏာတစ်ခုနှင့်အတူ ASD ရောဂါဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာနှစ်မျိုးရှိနိုင်ပါသည်။ မျိုးရိုးဗီဇပိုင်းဆိုင်ရာစိတ်ကစဉ်ကလေးရောဂါအတွက် စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းကို ASD ရောဂါလက္ခဏာရှိသူများအတွက် အကောင်းဆုံး လက်တွေ့အလေ့အကျင့် ဟု ယူဆပါသည်။ ၎င်းသည် ASD ရောဂါလက္ခဏာတွေ့ရှိချက်ကို ပြောင်းလဲနိုင်မည်မဟုတ်သော်လည်း ၎င်းသည် လူတစ်ဦးတွင် အဘယ်ကြောင့် အဆိုပါအခက်အခဲများရှိနေသည်ကို ရှင်းပြပေးနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် အခြားဆေးကုသမှုပိုင်းဆိုင်ရာအခြေအနေများကို စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးသင့်သည်ဟု ထောက်ပြပေးနိုင်ပါသည်။ ရောဂါလက္ခဏာစုတစ်ခုသည် ၎င်းတို့၏ ကလေးများထံ ကူးစက်သွားခြင်းအတွက် မိသားစုတွင်းအခြားသူများသည် အန္တရာယ်ရှိနိုင်ချေရှိပါက ၎င်းသည် မိသားစုဆိုင်ရာ အစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်းနှင့် နားလည်သဘောပေါက်မှုပိုင်းတွင်လည်း ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများ

ASD ရောဂါရှိသူအချို့သည် အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်း (GI) သို့မဟုတ် အစာအိမ်ပြဿနာများကို အစီရင်ခံတင်ပြကြပါသည်။ ASD ရောဂါရှိသူကလေးများနှင့် လူကြီးများသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အလွန်ဇီဇာကြောင့်ကြသူများဖြစ်ပြီး အချို့သောအစားအစာများကို ၎င်းတို့၏ ပါးစပ်ထဲသို့ မျိုချရာတွင် သို့မဟုတ် ထိုသို့မျိုချရာတွင် ခံနိုင်ရည်ရှိသည့်ကြားကပင် အခက်အခဲရှိနိုင်ကြပါသည်။ ASD ရောဂါရှိသူကလေးများသည် နာတာရှည်ဝမ်းချုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ဝမ်းလျှောခြင်းကဲ့သို့သော ပြဿနာများရှိနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါအခက်အခဲများကို သင့်ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများနှင့် ဆွေးနွေးသင့်ပြီး ထိုသို့ဆွေးနွေးမှသာလျှင် ၎င်းတို့ကို အချိန်မနှောင်းခင် အမြန်ဖြေရှင်းနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတွင် GI အထူးကုတစ်ဦးထံသို့ လွှဲပြောင်းကုသမှုတစ်ခု၊ အစာကျွေးခြင်း/အစာမျိုချခြင်းဆိုင်ရာ ကုသရေးဆေးခန်း သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းခွင်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံး သို့မဟုတ် စကားအပြောအဆို - ဘာသာစကား ဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံးများကဲ့သို့ ပံ့ပိုးပေးသောရောဂါကုထုံးများ ပါဝင်ပါသည်။

အိပ်စက်ခြင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများ -

ASD ရောဂါရှိသူအများစုသည် အိပ်ငိုက်ခြင်းနှင့်/သို့မဟုတ် ညဘက်တွင် အိပ်ရေးဝဝအိပ်ရန် အခက်အခဲရှိကြပါသည်။ အဆိုပါရောဂါသည် မိသားစုတစ်ခုလုံးအတွက် အလွန်ပင်ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။ သင် သို့မဟုတ် သင့်ကလေးသည် အိပ်စက်ခြင်းတွင် ပြဿနာရှိနေပါက အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးမှုများ၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကုသမှု သို့မဟုတ် အိပ်စက်ခြင်းဆိုင်ရာ လေ့လာမှုတစ်ရပ်အပါအဝင် ကူညီပေးနိုင်ရန်အတွက် သင်လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် အရာများအကြောင်းကို သင့်ဆရာဝန်နှင့်ဆွေးနွေးပါ။



မည်သည့်အရာသည် ASD ရောဂါကို ဖြစ်ပေါ်စေပါသနည်း။

သိပ္ပံပညာရှင်များသည် မည်သည့်အရာက ASD ရောဂါကို ဖြစ်ပေါ်စေသည်ဆိုသည်ကို မသိရှိကြပါ။ ယင်းမေးခွန်းကို ဖြေဆိုနိုင်ရန်အတွက် သုတေသနအများအပြားကို လုပ်နေပါသည်။ အကယ်၍ သင်ပါဝင်လိုပါက သင့်ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာအဖွဲ့အား အသိပေးပါ။ နောင်လာမည့်နှစ်ပေါင်း 20 အတွင်း ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ ASD ရောဂါ၏ ကွဲပြားမှုနှင့် တည်ရှိမှုကို ရှင်းပြနိုင်ရန်အတွက် နောက်ထပ်အချက်အလက်ပေါင်းမြောက်များစွာကို ရရှိနိုင်ဖွယ်ရှိပါသည်။ ယခုအချိန်တွင် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် လက်ခံထားသည့် အကြောင်းအရာအချို့ ရှိပါသည်။

- ASD ရောဂါသည် ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမှုတွင် အလွန်စောစောစီးစီးစတင်နိုင်ဖွယ်ရှိသည့် ဦးနှောက်ဖွံ့ဖြိုးမှုနည်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပွားပါသည်။
- ASD ရောဂါဖြစ်ရခြင်းသည် အကြောင်းရင်းတစ်ခုတည်းကြောင့်မဟုတ်ပါ။ ကလေးငယ်တစ်ဦးအား ASD ရောဂါကို ခံစားရနိုင်ချေပိုများစေမည့် အကြောင်းရင်းပေါင်းမြောက်များစွာရှိပါသည်။
- မျိုးရိုးဗီဇသည် ရောဂါကိုဖြစ်စေသော အန္တရာယ်ဆိုင်ရာ အချက်များထဲမှ တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ASD ရောဂါသည် မိသားစုများတွင် မကြာခဏဖြစ်တတ်ပါသည်။ ASD ရောဂါရှိနေသော မွေးချင်းတစ်ဦး သို့မဟုတ် ၎င်းရောဂါရှိနေသော မိဘကို ပိုင်ဆိုင်ထားသည့် ကလေးငယ်တစ်ဦးသည်လည်း ASD ရောဂါဖြစ်နိုင်ချေ ပိုများပါသည်။

မည်သည့်အရာသည် ASD ရောဂါကို မဖြစ်ပွားစေပါသနည်း။

ASD ရောဂါ၏အကြောင်းရင်းများကို မဆုံးဖြတ်ရသေးသော်လည်း အချို့အရာများကို ပယ်ချထားပါသည်။

- ကြီးမားပြီး အရည်အသွေးမြင့်သော လေ့လာမှုများစွာကို ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး ကာကွယ်ဆေးများနှင့် ASD ရောဂါအကြား ဆက်စပ်မှုကို မတွေ့ရှိရပါ။
- ဆိုးရွားသော မိဘအုပ်ထိန်းမှုသည် ASD ရောဂါဖြစ်ရခြင်း၏ အကြောင်း ရင်းတစ်ရပ်ဟု တစ်ချိန်က ထင်မြင်ခဲ့မိပါသည်။ အဆိုပါအချက်သည် မမှန်ကန်ပါ။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်ချိန်အတွင်း အစားအသောက်သည် အကြောင်းရင်းတစ်ခုဟုတ်မဟုတ်ကို လူအချို့က သံသယရှိကြသော်လည်း အဆိုပါအရာကို ထောက်ခံနိုင်ရန်အတွက် သုတေသနမရှိပေ။ ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ လူမျိုးစုတော်တော်များများတွင် အလားတူ ASD ရောဂါဖြစ်ပွားမှုနှုန်းများ ရှိကြပြီး ၎င်းတို့၏ အစားအသောက်များသည် အလွန်ကွဲပြားခြားနားမှုရှိပါသည်။



အဘယ်ကြောင့် ASD ရောဂါရှိသည့် ကလေးများ အများအပြား ရှိနေပါသနည်း။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် ကလေး 68 ယောက်တွင် 1 ယောက်သည် ASD ရောဂါရှိသည်ဟု ရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့်ကာကွယ်ရေးစင်တာများက အစီရင်ခံတင်ပြကြပါသည်။ အဆိုပါအရေအတွက်သည် ပြီးခဲ့သည့် ဆယ်စုနှစ်များအတွင်း သိသိသာသာ မြင့်တက်လာခဲ့ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် အဆိုပါရောဂါ ဖြစ်ပွားပါသနည်း။

- 1990 ခုနှစ်များတွင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းမှုများ၏ ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေရေးနှင့် ကိန်းဂဏန်းစာရင်းအင်းလက်စွဲစာအုပ် (DSM) ကို ပြန်လည်ပြင်ဆင်ခဲ့သောအခါ ပံ့ပိုးကူညီမှုများမှ အကျိုးခံစားခွင့်ရနိုင်သူများ ပိုမိုပါဝင်လာစေရန်အတွက် အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုချက်အား ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိကျယ်ပြန့်စေခဲ့ပါသည်။ ယခင်က လူတော်တော်များများသည် ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေရာတွင် အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ရန်အတွက် "အကြီးအကျယ်" လုံလောက်မှုမရှိခဲ့ပါ။ အဆိုပါအရာသည် ကိန်းဂဏန်းများ မြင့်တက်လာခြင်း၏ အဓိက အကြောင်းအရင်း ဖြစ်ပါသည်။
- ASD ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ အများသုတေသန ပိုမိုနားလည်သဘောပေါက်မှုနှင့် ရောဂါရှာဖွေတွေ့ရှိမှုတိုက်တွင် လူမှုရေးဆိုင်ရာ အမည်းစက် နည်းပါးပါသည်။
- ASD ရောဂါကို ပိုမိုစောစောရှာဖွေစစ်ဆေးနိုင်ရန်နှင့် ကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှုများနှင့် ပံ့ပိုးမှုများကို ပေးစွမ်းနိုင်ရန်အတွက် လွန်ခဲ့သောဆယ်စုနှစ်များအတွင်း ထိရောက်သောကြိုးပမ်းမှုများကို ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။





အများပြည် သို့ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ မွေးဖွားခြင်း - 21 နှစ်

အထူးပညာရေး (0-သုငယ်တန်း)

ကလေးတစ်ဦးသည် ASD ရောဂါ၏ ဆေးကုသမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေတွေ့ရှိခြင်းခံရပြီးသည်နှင့် သူ သို့မဟုတ် သူမသည် အထူးပညာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်ရန်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ဖွယ်ရှိပါသည်။ အော်ရီဂွန်ပြည်နယ်တွင် စာသင်ကျောင်းခရိုင်များတွင် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်အရည်အချင်းပြည့်မီမှုဆိုင်ရာ သတ်မှတ်ချက်များရှိပြီး တစ်ခါတစ်ရံတွင် ၎င်းသည် ဆေးကုသမှုပိုင်းဆိုင်ရာသတ်မှတ်ချက်များနှင့် ကွဲပြားခြားနားနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါအရာသည် စိတ်ရှုပ်ထွေးစေနိုင်သည့်အတွက်ကြောင့် ပညာရေးအဖွဲ့ကို မေးခွန်းများမေးမြန်းရန်အတွက် မကြောက်ပါနှင့်။ FACT Oregon ကဲ့သို့သော မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုရာတွင် ကူညီပေးနိုင်သည့် ပြည်နယ်တစ်ဝှမ်းရှိ မိဘများဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများလည်း ရှိပါသည်။ ဖက်ဒရယ်အစိုးရသည် မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုရှိသည့်ကလေးများအားလုံးကို "အခမဲ့နှင့် သင့်လျော်သောပညာရေး" ရရှိစေရန်အတွက် ပြဌာန်းထားပါသည်။

သုငယ်တန်းအထိ တက်ရောက်နေသည့် ကလေးများအတွက် ပညာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုအများစုကို ကလေး၏ဒေသတွင်း ပညာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုခရိုင် (ESD) မှ ပံ့ပိုးပေးပါသည်။

- အသက်သုံးနှစ်အောက်ကလေးများသည် ကနဦးကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဆိုင်ရာ (EI) ဝန်ဆောင်မှုများကို (နေအိမ်နယ်နိမိတ်တွင် မကြာခဏ) လက်ခံရရှိကြပါသည်။
- အသက်သုံးနှစ်နှင့် သုငယ်တန်းကြားရှိ ကလေးများသည် ကနဦးကလေးဘဝ အထူးပညာရေးဆိုင်ရာ (ECSE) ဝန်ဆောင်မှုများ (မူကြိုကျောင်းတစ်ကျောင်းရှိစာသင်ခန်းနယ်နိမိတ်တွင် မကြာခဏ) လက်ခံရရှိကြပါသည်။

ကနဦးကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခြင်း နှင့်/သို့မဟုတ် ကနဦးကလေးဘဝ အထူးပညာရေး (EI/ECSE) အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီသော ကလေးများအတွက် ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့နှင့် ကလေး၏ မိဘများသည် တစ်ဦးချင်းမိသားစုဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ အစီအစဉ်တစ်ခု (IFSP) ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် အတူတကွလုပ်ဆောင်ကြပါသည်။ အဆိုပါအစီအစဉ်သည် ကလေးအား နေအိမ်နှင့် စာသင်ကျောင်းတွင် ပိုမိုအောင်မြင်စေရန်အတွက် နည်းဗျူဟာများကို သင်ယူရာတွင် ကူညီပေးသော အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါအစီအစဉ်တွင် ကလေးသည် ယခုလက်ရှိလုပ်ဆောင်နေပုံနှင့် ၎င်းတို့ ရှေ့လျှောက်လုပ်ဆောင်ရမည့် ပန်းတိုင်များ ပါဝင်ပါသည်။ ESDs က ပေးစွမ်းနိုင်သည့်အရာအချို့တွင် အောက်ပါတို့ပါဝင်ပါသည် -

- စကားအပြောအဆိုပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး (စကားပြောဆိုခြင်းနှင့် ဘာသာစကားအသုံးပြုခြင်း၊ အစာကျွေးခြင်း၊ စသည်။)
- လုပ်ငန်းခွင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး (အာရုံခံစားမှု၊ မိမိကိုယ်ကို ဂရုစိုက်မှု၊ ကောင်းမွန်သော ကိုယ်လက်ရွှေ့လျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များ၊ စသည်။)
- ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံး (ရွေ့လျားမှု သို့မဟုတ် လှုပ်ရှားမှု၊ စုစုပေါင်း ကိုယ်လက်ရွှေ့လျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များ၊ စသည်။)
- အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး (စပ်ကူးမပ်ကူးကာလများ၊ ကစားခြင်း၊ အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ စည်းမျဉ်းများ၊ စသည်။)
- မိဘများနှင့် မိသားစုများအတွက် လေ့ကျင့်ရေးသင်တန်းများ
- လူမှုဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ကစားနည်းပြပေးသည့်အဖွဲ့များ

ကနဦးကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဆိုင်ရာ ပရိုဂရမ်များသည် ဒေသတစ်ခုနှင့်တစ်ခု အလွန်ကွဲပြားခြားနားမှု ရှိနိုင်ပါသည်။ ဝန်ဆောင်မှုအချို့ကို အိမ်တွင် ဆောင်ရွက်ပေးမည် ဖြစ်ပြီး အခြားဝန် ဆောင်မှုများအား ကလေး၏လိုအပ်ချက်နှင့် ESD ၏အရင်းအမြစ်များ၏ လိုအပ်ချက်များပေါ်တွင် မူတည်၍ မူကြိုကျောင်းတစ်ကျောင်း သို့မဟုတ် အခြားတည်နေရာ တစ်ခုတွင် ရရှိနိုင်ပါသည်။

အထူးပညာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ (သုငယ်တန်း-အသက် 21 နှစ်)

အသက် နှစ်မှ နှစ်ကြားရှိ ကလေးများသည် ၎င်းတို့၏ ဒေသတွင်းရှိအစိုးရစာသင်ကျောင်း ခရိုင်မှတစ်ဆင့် အထူးပညာရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများကို လက်ခံရရှိကြပါသည်။ အဆိုပါပ ရိုဂရမ်များတွင် တစ်ဦးချင်းပညာရေးဆိုင်ရာပရိုဂရမ်(IEP) တစ်ခု အမြဲတစေ ပါဝင်ပါသည်။ စာသင်ကျောင်းတွင် အောင်မြင်မှုရရှိနိုင်စေရန် ကလေး လိုအပ်သည့်အရာများကို ဆုံးဖြတ်နိုင် ရန်အလို့ငှာ စာသင်ကျောင်းရှိ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များအဖွဲ့တစ်ဖွဲ့နှင့် ကလေး၏မိဘများက အဆိုပါပရိုဂရမ်ကို တီထွင်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ IEP သည် စာသင်ကျောင်းတွင်ထားရှိရန် အတွက် လိုအပ်သည့်အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး အရည်အချင်းပြည့်မီသော မသန်မစွမ်းဖြစ်နေ သည့်ကလေးတစ်ဦးစီအတွက် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့် အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

စာသင်ကျောင်းခရိုင်တစ်ခုမှ ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများဆိုင်ရာ အတိုင်းအတာ သည် အလွန်ကျယ်ပြန့်ပြီး ၎င်းသည် ကလေး၏ လိုအပ်ချက်များအပေါ်တွင် မူတည်ပါသည်။ အချို့ကလေးများသည် မသန်စွမ်းသောကလေးများနှင့်အတူ စာသင်ခန်းတစ်ခန်းထဲတွင်ရှိနေ ခြင်းမှ အကျိုးခံစားခွင့်ရနိုင်သော်လည်း အခြားကလေးများသည် သမရိုးကျပညာရေးဆိုင်ရာ စာသင်ခန်းထဲတွင် ရှိနေပါက ၎င်းတို့သည် ပို၍ ကောင်းကောင်းလုပ်ဆောင်နိုင်ကြပါသည် (အချို့က နှစ်ခုစလုံးကို ပေါင်းစပ်ခြင်းဖြင့် အကောင်းဆုံးလုပ်ဆောင်နိုင်ကြပါသည်)

၎င်းတို့သားသမီးများ၏ ပညာရေးကို အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိစေသော ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရာတွင် မိဘများအား ပါဝင်ခွင့်ပေးရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ ပညာရေးဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ်တွင် မိဘများအား တန်းတူညီတူဖြစ်သောမိတ်ဖက်များအဖြစ် ဆက်ဆံသင့် ပါသည်။ တခါတရံတွင် မိဘများသည် အဖွဲ့ရှိ အခြားပညာတတ်သူများအတွက် ထင်ရှား ပေါ်လွင်မှုမရှိနိုင်သော ၎င်းတို့၏ကလေးအတွက် မတူညီသောနေရာချထားမှုများ သို့မဟုတ် ကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးမှုများကို ထောက်ခံအားပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

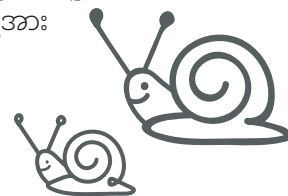


လူလားမြောက်သောအရွယ်သို့ကူးပြောင်းခြင်း

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် အသက် 18 နှစ်ပြည့်သောအခါ သူ သို့မဟုတ် သူမသည် မသန်မစွမ်းဖြစ်သော်ငြားလည်း တရားဝင် အရွယ်ရောက်သူတစ်ဦးဖြစ်လာပါတော့သည်။ ဤသည်မှာ သတိထားရမည့် အပြောင်းအလဲအချို့ဖြစ်ပါသည်။ -

- ၁. ဥပဒေရေးရာ** - အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာအော်တစ်ဇင်ရောဂါပေါ်ရှိ လူတစ်ဦး၏ ပံ့ပိုးကူညီမှုပိုင်းဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များအပေါ်မူတည်၍ မိဘများ သို့မဟုတ် အုပ်ထိန်းသူများသည် ၎င်းတို့၏ အရွယ်ရောက်ပြီးသူ ကလေးအတွက် အုပ်ထိန်းမှု၊ ထိန်းကျောင်းမှု နှင့်/သို့မဟုတ် ရှေ့နေအာဏာများကဲ့သို့သော တရားရေးဆိုင်ရာစာရင်းစာတမ်းများကို ရယူနိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ အဆိုပါ အရာများသည် အချိန်ယူရပြီး အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ရန် ဈေးကြီးသည့်အတွက်ကြောင့် သင့်အရွယ်ရောက်ပြီးသည့်ကလေး အသက် 18 နှစ်မပြည့်ခင် အဆိုပါတိုင်းတာမှုကိရိယာများကို ကောင်းကောင်း သုတေသနပြုလုပ်နိုင်ရန်အတွက် စတင်လုပ်ဆောင်ပါ။
- ၂. ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ** - အသက် 18 နှစ်တွင် နှင့် တစ်ခါတစ်ရံအစောပိုင်းအခြေအနေတွင် မသန်စွမ်းသောသူသည် သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာမှတ်တမ်းများကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုခွင့်ကို ထိန်းချုပ်ထားပါသည်။ အသက် 18 နှစ်ပြည့်ပြီးနောက်ပိုင်းတွင် သင့်အရွယ်ရောက်ပြီးသည့် ကလေး၏ ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာမှတ်တမ်းများကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ရန် အတွက် မိဘများသည် ၎င်းတို့၏ အရွယ်ရောက်ပြီးသူကလေး၏ စာဖြင့်ရေးသားထားသော ခွင့်ပြုချက် သို့မဟုတ် အဆိုပါမှတ်တမ်းများကိုဝင်ရောက်ကြည့်ရှုရန် သီးခြားတရားဝင်အခွင့်အရေးတစ်ခုကို လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။
- ၃. လူမှုဖူလုံရေး** - အသက် 18 နှစ်တွင် ဝင်ငွေနှင့် ပိုင်ဆိုင်မှုဆိုင်ရာ အရည်အချင်းပြည့်မီမှုသည် မိသားစု၏ ငွေနှင့် ပိုင်ဆိုင်မှုများမဟုတ်ဘဲ မသန်စွမ်းသူတစ်ဦး၏ ဝင်ငွေနှင့် ပိုင်ဆိုင်မှုများအပေါ်တွင်သာ အခြေခံမည်ဖြစ်ပါသည်။ အုပ်ထိန်းမှုကဲ့သို့သော သီးခြားတရားဝင်အခွင့်အရေးများကို မပေးဆောင်သော်လည်း မိဘတစ်ဦးအား ငွေလက်ခံသက်သေလွှာအဖြစ်ရာထူးခန့်အပ်နိုင်ပါသည်။ SSI သို့မဟုတ် အခြားသော လူမှုဖူလုံရေး ပရိုဂရမ်ကို လက်ခံရရှိသူတစ်ဦးအား သီးခြားအခြေအနေများတွင် အလုပ်ခန့်အပ်နိုင်ပါသည်။ ပရိုဂရမ်ပေါင်းများစွာရှိပြီး လိုအပ်ချက်များသည် ရှုပ်ထွေးသွားနိုင်သောကြောင့် နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် ကျေးဇူးပြု၍ SSA သို့ ဆက်သွယ်ပေးပါ။ လူမှုဖူလုံရေး မသန်စွမ်းမှု ပရိုဂရမ်များဆိုင်ရာ နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် အောက်ပါကို ကြည့်ရှုပေးပါ။ www.ssa.gov/disabilityssi
- ၄. အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် ထောက်ပံ့ရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ** - အသက် 18 နှစ်တွင် အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာအော်တစ်ဇင်ရောဂါရှိသောသူအတွက် ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများပေးသည့်ကောင်တီ (DD) မှတစ်ဆင့် ဆက်လက်ပံ့ပိုးပေးနိုင်သည့် သို့မဟုတ် အရစ်ကျပေးသွင်းရသည့် ထောက်ပံ့ရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများမှတစ်ဆင့် ပံ့ပိုးပေးထားသည့် ဝန်ဆောင်မှုများသည် အရွယ်ရောက်ပြီးသူအား ထောက်ပံ့ရေးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများသို့ ကူးပြောင်းသွားပါသည်။ အဆိုပါဝန်ဆောင်မှုများသည် ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာမသန်စွမ်းမှုတစ်ခုရှိသည့်လူတစ်ဦးအား ၎င်းတို့၏နေအိမ်တွင် သို့မဟုတ် မိသားစုနှင့်အတူ သို့မဟုတ် သူငယ်ချင်းများနှင့်အတူ နှင့် လူမှုအသိုင်းအဝိုင်းဘဝတွင် အပြည့်အဝပါဝင်နိုင်ရန်၊ အလုပ်အကိုင်အပါအဝင် ၎င်းတို့အား ကူညီပေးနိုင်ရန်အတွက် ဒီဇိုင်းရေးဆွဲထားပါသည်။

အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ရန်အတွက် လူတစ်ဦးတွင် ပြည့်စုံသောဝန်ဆောင်မှုများကို လက်ခံရရှိထားခြင်းမရှိဘဲ DD ဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ရန် အတည်ပြုထားသော DD ရောဂါလက္ခဏာတွေရှိချက်တစ်ခု ရှိရပါမည်။ ဒေသတွင်းရှိ DD ပရိုဂရမ်ရုံးများဆိုင်ရာစာရင်းတစ်ခုကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် အောက်ပါလိပ်စာထံသို့ သွားရောက်ပေးပါ။ www.oregon.gov/DHS/dd/county/county_programs သို့မဟုတ် သင့်ဒေသတွင်းရှိ DD ပရိုဂရမ်ကောင်တီရုံးကို ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ သို့မဟုတ် **1-800-282-8096** ကို ခေါ်ဆိုပါ။ မသန်စွမ်းသူတွင် DD ဝန်ဆောင်မှုများ မရရှိသေးပါက ၎င်း



သည် ပိုမိုလွယ်ကူသောကြောင့် သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ 22 နှစ်မြောက်မွေးနေ့မတိုင်မီ လျှောက်ထားကြည့်ပါ။

- e. ပြီးပြည့်စုံသော ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများသည် 24 နာရီ အကူအညီပေးသည့်အတွက် ကြောင့် လူနေအိမ်ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ၊ အုပ်စုလိုက်နေသောအိမ်များအတွက် နှင့် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးအိမ်များအတွက်ကဲ့သို့သော ၎င်းဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း များသည် ကွဲပြားခြားနားမှုရှိကြပါသည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် ကူညီပံ့ပိုး မှုဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများတွင်စာရင်းသွင်းခြင်းသည် ပြီးပြည့်စုံသောဝန်ဆောင်မှုများ သို့မဟုတ် ASD ရောဂါရှိသူ၏ နောင်အနာဂတ်တွင် လိုအပ်နိုင်မည့် အခြားမည်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများကိုမဆို ရယူသုံးစွဲနိုင်ခြင်းဆိုင်ရာ အခွင့်အလမ်းများကို ထိခိုက်မည် မဟုတ်ပါ။
- f. သင်၏အရွယ်ရောက်ပြီးသည့်ကလေးသည် DD ဝန်ဆောင်မှုများဆိုင်ရာကောင်တီ မှတစ်ဆင့် သို့မဟုတ် ကူညီပံ့ပိုးမှုဆိုင်ရာအကျိုးဆောင်လုပ်ငန်းတစ်ခုမှတစ်ဆင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို လက်ခံရရှိနိုင်ပါသည်။ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် ဝန်ဆောင်မှု များသည် ကူညီပံ့ပိုးမှုဆိုင်ရာအကျိုးဆောင်လုပ်ငန်းများမှတစ်ဆင့်သာလျှင် ရရှိ သောအခါ ၎င်းသည် ယခင်နှစ်များမှနေ၍ ပြောင်းလဲမှုတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ အချို့သော အကျိုးဆောင်လုပ်ငန်းများတွင် စောင့်ဆိုင်းစာရင်းများရှိသော် လည်း ဝန်ဆောင်မှုများ ကိုလက်ခံရရှိသူသည် ဝန်ဆောင်မှုများပေးသည့်ကောင်တီမှ ဝန်ဆောင်မှုများပေးသည့် အကျိုးဆောင်လုပ်ငန်း (နှင့် နောက်ကြောင်း) သို့ အချိန်မရွေး ပြောင်းရွှေ့နိုင်ပါသည်။
- g. အကျိုးဆောင်လုပ်ငန်းတစ်ခုမှတစ်ဆင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို သင်၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ကိစ္စရပ်ဆောင်ရွက်သူကိုယ်စားလှယ် (PA) မှ ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ အကျိုးဆောင်လုပ်ငန်း တစ်ခုမှတစ်ဆင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို သင်၏ ကိုယ် ရေးကိုယ်တာကိစ္စရပ်ဆောင်ရွက် သူကိုယ်စားလှယ် (PA) မှ ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ ဝန်ဆောင်မှုများသည် အရွယ်ရောက်ပြီး သူတစ်ဦး၏ လိုအပ်ချက်ဆိုင်ရာအကဲဖြတ်မှုမှ ဆုံးဖြတ်ထားသည့် လိုအပ်ချက်အပေါ် အခြေခံ၍ ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။ ထိုမှနေ၍ တစ်ဦးချင်းပံ့ပိုးမှုကူညီမှုဆိုင်ရာအစီအစဉ် (ISP) သည် လူတစ်ဦးကို နေအိမ်နှင့် ရပ်ရွာတွင် တတ်နိုင်သမျှ အမှီအခိုကင်းကင်းဖြင့် လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန် ကူညီပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဝန်ဆောင်မှုများကို လက်ခံရရှိသူသည် ၎င်းတို့၏ PA သို့မဟုတ် SC ကို အချိန်မရွေး ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။
- h. အရွယ်ရောက်ပြီးသူတစ်ဦးသည် သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ မိဘများကို ကိုယ် ရေးကိုယ် တာအထောက်အကူပြုအလုပ်သမားများအဖြစ် ငှားရမ်းနိုင်သော် လည်း မိဘသည် မ သန်စွမ်းသူ၏တရားဝင်အုပ်ထိန်းသူမဟုတ်ပါက ထိုသို့ငှားရမ်းခြင်းသည် အကျိုးစီးပွား ဆိုင်ရာပဋိပက္ခတစ်ခု ဖြစ်နေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းအစား ယင်းဆုံးဖြတ်ချက် ကို ချမှတ်နိုင်ရန်အတွက် ပြင်ပအဖွဲ့အစည်းကို ခန့်အပ်ရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။

5. **ပညာရေး** – အတွေးအမြင်ပိုင်းဆိုင်ရာအော်တစ်ဇင်ရောဂါရှိသော လူတစ်ဦးသည် သာမန် အထက်တန်းကျောင်း ဒီပလိုမာဘွဲ့တစ်ခုကိုရထားလျှင် ၎င်းတို့သည် ပညာရေးဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်တော့မည်မဟုတ်ပေ။ သို့သော် မွမ်းမံထားသော ဒီပလိုမာတစ်ခုဖြင့် ဘွဲ့ရခြင်းဆိုသည်မှာ ၎င်းတို့ အသက် 21 နှစ်ပြည့်သည့်အချိန်တွင် စာသင်နှစ်ကုန်ဆုံးသည့် တိုင်အောင် ပေါင်းကူးဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိရန်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီခြင်းကို ဆိုလိုပါသည်။



6. **အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းဆိုင်ရာပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်း** - ၎င်းသည် မသန်စွမ်းသူများကို သင့်လျော်သော အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေပေးရန်နှင့် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ပေးရန်အတွက် ကူညီပေးသည့် အစိုးရအေဂျင်စီတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းမှတစ်ဆင့် အကူအညီရယူနိုင်ရန်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီရန်၊ DD ဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီရန် မလိုအပ်ပေ။ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ရုံးများ၏ စာရင်းတစ်ခုကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် အောက်ပါတွင် ကြည့်ရှုပေးပါ -
www.oregon.gov/DHS/Offices/Pages/Vocational-Rehabilitation.aspx

အောက်ပါများမှ အချက်အလက်များကို ကူးယူဖော်ပြထားပါသည် - အရွယ်ရောက်ပြီးသူများအတွက် ကူညီပံ့ပိုးပေးသည့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် လမ်းပြမြေပုံတစ်ခု၊ 3rd Edition၊ DRO၊ OCDD၊ Oregon DHS တို့၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သည့် ပရောဂျက်တစ်ခု - သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် မသန်စွမ်းသူများ။

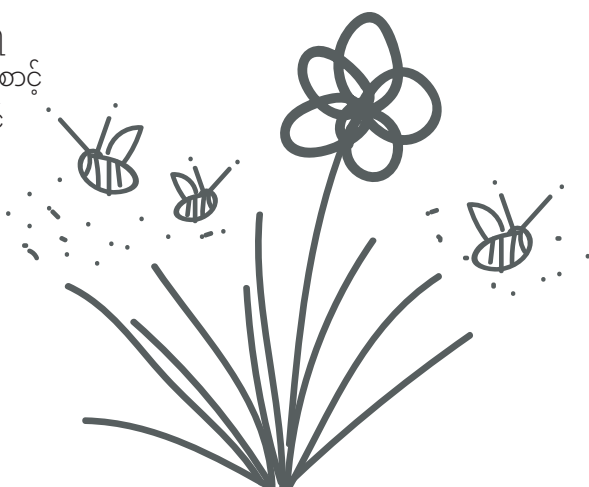
မိဘများအတွက် ASD ရောဂါဆိုင်ရာ စတင်ကျင့်သုံးမှုတစ်ခု - အော်ရီဂွန်ပြည်နယ်၏ လူသားအကျိုးဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုစနစ်အတွက် လမ်းညွှန်ချက်တစ်ခု။ အောက်ပါမှ ထုတ်ဝေခဲ့ပါသည် - အော်ရီဂွန်ပြည်နယ်ရှိနည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာအကူအညီပေးရေးအဖွဲ့

အသက် 18 နှစ်အောက် ကလေးများအတွက် မည်သည့်ဝန်ဆောင်မှုအမျိုးအစားများကို ရရှိနိုင်ပါသနည်း။

မိသားစုများအတွက် အထောက်အပံ့များ

အော်ရီဂွန်ပြည်နယ်ရှိ ကောင်တီတိုင်းတွင် မိသားစုများကို စိတ်သက်သာရာရစေရန်၊ လေ့ကျင့်ရေးဆိုင်ရာအခွင့်အလမ်းများနှင့် အထူးပညာရေးမှ မပံ့ပိုးနိုင်သော အခြားသောအခြေခံအကူအညီများကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက်ကူညီပေးနိုင်သည့် အစီအစဉ်တစ်ခုရှိပါသည်။ အဆိုပါပံ့ပိုးမှုသည် သင်၏ မသန်စွမ်းသူများအတွက် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးပရိုဂရမ်ဆိုင်ရာကောင်တီမှ စီမံခန့်ခွဲပါသည်။ သင့်ကလေးသည် အဆိုပါပရိုဂရမ်အောက်တွင် အကူအညီရယူနိုင်ရန် အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီရန် အော်ရီဂွန်၏ "ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန် စွမ်းသူ" ၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်နှင့် ကိုက်ညီရပါမည်။ သင့်ကလေးတွင် ASD ရောဂါရှိနေကြောင်းပြသသော စာသင်ကျောင်းစာမေးပွဲရလဒ်များနှင့်/သို့မဟုတ် ဆရာဝန်၏အစီရင်ခံစာများကို သင်လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ပရိုဂရမ်သည် ဝင်ငွေအားလုံး၏ အဆင့်များအလိုက် မိသားစုများအတွက် ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။

အမှုတွဲမန်နေဂျာများသည် သင့်ကလေးကို နေအိမ်တွင် ပြုစုစောင့်ရှောက် ရန်အတွက် သင်လိုအပ်သော အနားယူခြင်းနှင့် လေ့ကျင့်ရေးဆိုင်ရာအမျိုးအစားအကြောင်းကို သင်စဉ်းစားနိုင်ရန်အတွက် ကူညီနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါအကြောင်းအရာတွင် သင်သည် ကြီးမားသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်လိမ့်မည်ဖြစ်ပါသည် - သင်သည် မည်သည့်နေရာ၊ မည်သည့်အချိန်တွင် အကူအညီလိုအပ်သနည်း နှင့် မည်သည့် အကူအညီအမျိုးအစားကို သင်လိုအပ်သည်ကို သင်ဆုံးဖြတ်ရပါသည်။ အမှုတွဲမန်နေဂျာများသည် သင်လက်ခံရရှိသည့်အကူအညီကို ညှိနှိုင်းမည်ဖြစ်ပြီး စောင့်ကြည့်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ပရိုဂရမ်သည် သေးငယ်ပြီး သင့်လိုအပ်ချက်အားလုံးကို အကုန်အစင် မဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ကြောင်းကို သတိပြုပေးပါ။ သို့သော် ၎င်းပရိုဂရမ်သည် သင့်ကို စတင်လုပ်ဆောင်နိုင်စေပါသည်။



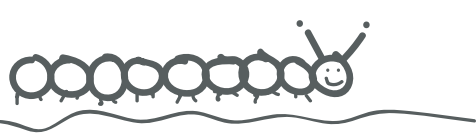
အထူးကြပ်မတ်ကွပ်ကဲမှုရှိသော အိမ်တွင်းဝန်ဆောင်မှုများ (အသက် 18 နှစ်အောက် ကလေးများ အတွက်)

သင့်ကလေးသည် အန္တရာယ်ရှိသောအပြုအမူ နှင့်/သို့မဟုတ် ဆေးကုသမှုပိုင်းဆိုင်ရာပြဿနာများ ကြောင့် ပြင်းထန်သောကြီးကြပ်မှု သို့မဟုတ် ကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှုကို လိုအပ်ပါက သင့်ကောင် တီသည် သင့်အား အထူးကြပ်မတ်ကွပ်ကဲမှုရှိသော အိမ်တွင်းဝန်ဆောင်မှုများကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် ပြည်တွင်းအစီအစဉ်တစ်ခုသို့ ညွှန်းပေးနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့၏ မိသားစုသည် တစ်ကိုယ်ရေစောင့်ရှောက်မှု၊ ဘေးကင်းလုံခြုံရေးဆိုင်ရာ ပြုပြင်မွမ်းမံမှုများ၊ လေ့ကျင့်ရေး၊ အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာအကြံပေးခြင်းနှင့် အလားတူ ကလေးများနှင့် ပတ်သက်သော လိုအပ်ချက်များ ဆိုင်ရာ သိသာထင်ရှားသော အကူအညီကို မရရှိပါက အဆိုပါ ပရိုဂရမ်သည် နေအိမ်တွင် မနေနိုင်သော ကလေးများအတွက် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေး၏ ခက်ခဲသောအပြုအမူများ နှင့်/သို့မဟုတ်ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာပြဿနာများ၏ ဆိုးရွားပြင်းထန်မှုကို အဆင့် သတ်မှတ်သည့်စစ်ဆေးမှုစာရင်းတစ်ခုသည် အရည်အချင်းပြည့်မီမှုကို ဆုံးဖြတ်ပေးပါသည်။ အဆိုပါပ ရိုဂရမ်သို့ ဝင်ရောက်ရန် မလွယ်ကူသည့်အပြင် ဝန်ဆောင်မှုပေးခြင်းခံရသည့် ကလေးအရေအတွက်အား ကန့်သတ်ချက်တစ်ခု ထားရှိထားပါသည်။ သို့သော် ၎င်းကို လိုအပ်သည်ဟု သင်ထင်ပါက သင့်၏ ဖွံ့ဖြိုးမှု ပိုင်းဆိုင်ရာမသန်စွမ်းမှုများအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးသည့်ကောင်တီရှိ အမှုတွဲမန်နေဂျာထံသို့ ထည့်သွင်း စဉ်းစားပေးရန်အတွက် တောင်းဆိုပါ။

အကျပ်အတည်းများ/နေအိမ်ပြင်ပတွင်နေရာချထားမှု (အ သက် 18 နှစ်အောက် ကလေးများအတွက်)

သင့်ကလေးသည် အကျပ်အတည်းဖြစ်နေပြီး အိမ်တွင်မနေထိုင်နိုင်ပါကကောင်တီနှင့် တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ်တွင်း နေရာချထားရေးဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများသည် သင့်ကလေးအတွက် ယာယီမွေးစားအိမ် သို့မဟုတ် အဖွဲ့လိုက်နေထိုင်သည့်အိမ်ရှာဖွေရန်အတွက် သင်နှင့်အတူ လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ အချို့ ကလေးများအား ရက်သတ္တပတ်အနည်းငယ်အကြာတွင် နေရာချထားမှုဆိုင်ရာ နယ်ပယ်တစ်ခုတွင် နေရာ ချပေးပါသည်။ ကလေးနှင့် မိသားစု၏ အခြေအနေပေါ်မူတည်၍ အခြားသူများအား နေရာချထားမှုသည် အချိန်ပိုကြာမြင့်ပါသည်။ ASD ရောဂါနှင့် အခြားဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုများရှိသည့်ကလေးများ အား ဝန်ဆောင်မှုပေးသည့် ပြည်နယ်တွင် မွေးစားသူနှင့် အဖွဲ့လိုက်နေထိုင်နိုင်သည့်အိမ်အရေအတွက် ကို အကန့်အသတ်တစ်ခု ထားရှိထားပါသည်။ (အော်ရီဂွန်ပြည်နယ်တွင် ASD ရောဂါရှိသော ကလေး များအတွက် သီးခြားတက္ကသိုလ် သို့မဟုတ် လူနေရပ်ကွက်တွင်းရှိ အစိုးရစာသင်ကျောင်း ဟူ၍ မရှိ ပါ။ သင့်ကောင်တီတွင် အကျပ်အတည်းအတွက် မွေးစားအိမ်အချို့ရှိနိုင်သော် လည်း ကလေးများ၏ အကျပ်အတည်းဆိုင်ရာဝန်ဆောင်မှုများ ကိုရရှိနိုင်ရန်အတွက် ပြည်နယ်အစီအစဉ်ကို သင့်အား ညွှန်းပေး မည်ဖြစ်ပါသည်။ ကံမကောင်းစွာဖြင့် အထူးပြင်ဆင်ပြုလုပ်ထားသော နေရာချထားမှုများသည် မိသားစု အိမ် အနီးတွင်မရှိနိုင်ပါ။

နိုင်ငံတော်နှင့် တရားဝင်သဘောတူညီချက်တစ်ခုကို ရရှိရန်လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းကို ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုများရှိသည့်ကလေးငယ်များအတွက် နေရာချထားပေးရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်ဟု ခေါ်ပါသည်။ ထို့အပြင် နေရာချထားစဉ်အတွင်း မိသားစုများက ၎င်းတို့၏ကလေးများနှင့် ပတ်သက် ဆက်သွယ်မှုရှိနေနိုင်စေမည့် နည်းလမ်းများကို ထည့်သွင်းနိုင်ရန်အတွက် အစီအစဉ်တစ်ခုကို ရေးသား သွားမည်ဖြစ်ပါသည်။ မိသားစုများအား ၎င်းတို့၏ကလေးများ၏ SSI အကျိုးခံစားခွင့်များအ တွက် ငွေ လက်ခံသူအဖြစ်ထားရှိနိုင်ရန်အတွက် သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် မသန်စွမ်းသူများအတွက် အော်ရီဂွန် ပြည်နယ်ပရိုဂရမ် (SPD) ကို လုပ်ပိုင်ခွင့်ပေးအပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ (အောက်တွင်ကြည့်ပါ။) ကလေး သည် လက်ရှိတွင် SSI ကို မရရှိပါက ပရိုဂရမ်သည် ကလေး၏ အမည်ဖြင့် အဆိုပါ အကျိုးခံစားခွင့်များ ကို ရရှိနိုင်ရန်အတွက် လျှောက်ထားမည်ဖြစ်ပါသည်။ နေရာချထားမှုဆိုင်ရာကုန်ကျစရိတ်ကို မိသားစု များအား ကောက်ခံမည်မဟုတ်ပေ။ သို့သော် အဆိုပါကုန်ကျစရိတ်သည် နောင်အနာဂတ်တွင်မူ ပြောင်းလဲသွားနိုင်ပါသည်။ မိသားစုများအား ၎င်းတို့၏ ကလေးအတွက် အဝတ်အစားများ ပံ့ပိုးပေးရန်နှင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အာမခံထားရှိရန် မျှော်လင့်ထားသည်။ SPD သည် မိသားစု၏ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အာမခံကို ထပ်မံဖြည့်စွက်ရန်အတွက် ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာကတ်ပြားကိုလည်း လျှောက်ထား မည်ဖြစ်ပါ သည်။



ဖြည့်စွက်လုံခြုံရေးဆိုင်ရာငွေ (SSI)

SSI သည် မသန်စွမ်းသော သို့မဟုတ် နာတာရှည်ဖျားနာနေသော ကလေးများ အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ရန် နှင့် ဝင်ငွေအနည်းငယ်သာရှိသော သို့မဟုတ် ဝင်ငွေမရှိသော ၎င်း၏မိသားစု သို့မဟုတ် ငွေကြေးဆိုင်ရာ အရင်း အမြစ်များမရှိသော ၎င်း၏မိသားစုအတွက် Medicaid မှတဆင့် ဝင်ငွေနှင့် ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ အာမခံကို ပေးကမ်းသည့် ဖက်ဒရယ်အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ သင့်မိသားစုသည် Medicaid အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီပါက သင့်ကလေးသည် SSI ငွေပေးချေမှုများအတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီနိုင်ပါသည်။ SSI အတွက် လျှောက်ထားခြင်းသည် စိန်ခေါ်မှုနှင့် ရှုပ်ထွေးမှုကို ဖြစ်စေနိုင်သော်လည်း ၎င်းကို လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို သိရှိနိုင်ရန်အတွက် သင့်ကောင်တီရှိစိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှု ပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများပေးသည့်ရုံးသို့ ဆက်သွယ်ပါ။

သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် မသန်စွမ်းသူများ အတွက် Oregon ပြည်နယ်၏ ပရိုဂရမ်သည် စိတ်သက်သာရာရ ရေး ဆိုင်ရာ ပြုစုစောင့်ရှောက်မှုနှင့် နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းမှ အထူးကြပ်မတ်ကွပ်ကဲထား သော နေအိမ်တွင်းအကူအညီပေးခြင်း၊ အကျပ်အတည်းဆိုင်ရာ ကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် နေအိမ်ပြင် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာအထိ ဝန်ဆောင်မှုများပေးပါသည်။ ASD ရောဂါရှိသူ တစ်ဦးချင်းစီအတွက် သီးသန့်ဖြစ် သော၊ သီးခြားဖြစ်သော ပရိုဂရမ်ဟူ၍ မရှိပါ။ ယင်းအစား ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းသူများကို ဝန်ဆောင်မှု ပေးသည့် ကောင်တီနှင့် ပြည်နယ်ပရိုဂရမ်များမှတစ်ဆင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို ပေး ကမ်းပါသည်။

သင့်ကလေးသည် အသက် 18 နှစ်အောက်ဖြစ်ပါက သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် မသန်စွမ်းသူများဆိုင်ရာပရိုဂရမ် မှ ဝန်ဆောင်မှုများကို "ရပိုင်ခွင့်" မရှိကြောင်း နားလည်သဘောပေါက်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ အထူးပညာရေး နှင့်မတူဘဲ မသန်စွမ်းသောကလေးများသည် အစိုးရပညာ ရေးကို တရားဝင်သင်ကြားခွင့်ရရှိထားသော်လည်း မ သန်စွမ်းသောကလေးများ လိုအပ်နေသည့်ဝန်ဆောင်မှုများပေးရန်အတွက် ဥပဒေမရှိပါ - အရည်အချင်းပြည့်မီ လျှင်တောင်မှပင်။

ယေဘုယျအားဖြင့် အကျပ်အတည်းအခြေအနေများတွင်သာ ရရှိနိုင်သောရန်ပုံငွေများကိုခွဲဝေနိုင်ရန်အတွက် ဝန်ဆောင်မှုများအား အကန့်အသတ်ထားရှိထားပါသည်။ သို့သော်လည်း လွန်ခဲ့သည့် နှစ်အနည်းငယ်အတွင်း အသက် 18 နှစ်အောက် မသန်စွမ်းသောကလေးများနှင့် ၎င်းတို့၏ မိသားစုများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများကို တိုး ချဲ့ပေးခဲ့ပြီး တိုးလာအောင်ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ပါသည်။ ယခုအခါ နေအိမ်တွင် မသန်စွမ်းသောကလေးများကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသည့် မိသားစုများအတွက် အကူအညီများ ပို၍ရရှိနိုင်ပြီး မိသားစုတွင်း အကျပ်အတည်း နှင့် စိတ်အားကိုးအားချိုးချိုးကျခြင်းတို့ကို ကာကွယ်တားဆီးနိုင်ရန်အတွက် ဒေါ်လာငွေများကို ပို၍ရရှိနိုင်ပါသည်။

သင့်ကလေး၏အသက်အရွယ် မည်မျှပင်ရှိနေပါစေ ဝန်ဆောင်မှုများဆီသို့ သွားရန်“တံခါးပေါက်” သည် သင့် ဒေသတွင်းရှိဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုများအတွက် ဆောင်ရွက်ပေးသည့်ပရိုဂရမ်ဆိုင်ရာ ကောင်တီဖြစ် ပါ သည်။ ၎င်းကို များသောအားဖြင့် စိတ်ကျန်းမာရေးဌာနဆိုင်ရာကောင်တီတွင်ထားရှိလေ့ရှိပါသည် (ပြည်နယ် နှင့် ဒေသတွင်းဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ မသန်စွမ်းမှုအတွက်ဝန်ဆောင်မှုများကို ကြည့်ရှုပေးပါ)။ သင့်ကလေးသည် ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိရန်အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီခြင်း ရှိ၊ မရှိ သိရှိနိုင်ရန် သင့်ကောင်တီရှိ အမှုတွဲမန်နေဂျာ များ (တစ်ခါ တစ်ရံ ဝန်ဆောင်မှုကိစ္စရပ်ဆိုင်ရာညှိနှိုင်းရေးမှူးများဟု ခေါ်ပါသည်) မှ သင့်နှင့် တွေ့ဆုံပြီး ဆွေးနွေး မည်ဖြစ်ပါသည်။

- သင့်ကလေးသည် အသက် 18 နှစ်ထက်ငယ်ပါက အမှုတွဲမန်နေဂျာသည် သင်လိုအပ်သောအကူအညီ ကို ဆုံးဖြတ်ရန်အတွက် ကူညီမည်ဖြစ်ပြီး ဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာရွေးချယ်စရာများကို ပြုလုပ်နိုင်ရန်အတွက် ကူညီမည်ဖြစ်ပါသည်။
- သင့်ကလေးသည် အသက် 18 နှစ်နှင့် ၎င်းနှစ်အထက်ဖြစ်ပါက အမှုတွဲမန်နေဂျာသည် သင့်ကလေးနှင့်အတူ ဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ပြီး ရွေးချယ်မှုများနှင့် ရရှိနိုင်သောဝန်ဆောင်မှုများ ကို ရယူသုံးစွဲနိုင်ရန်အတွက် သင်နှင့်အတူ ဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ပါသည်။





ASD ရောဂါ ကို ကုသခြင်း - မကပြုစာ အကပြုကြားသော ရောဂါကုထုံးများ

ဆက်သွယ်ရေး၊ စကားအပြောအဆိုနှင့် ဘာသာစကား

အော်တစ်ဇင်ရောဂါ၏ အဓိက အစိတ်အပိုင်းများထဲမှ တစ်ခုမှာ ဆက်သွယ်ပုံစံအဆိုရေး၊ စကားအပြောအဆိုနှင့် ဘာသာစကားဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုတို့ ဖြစ်ပါသည်။ အချို့သော လူပုဂ္ဂိုလ်များသည် စကားအပြောအဆိုကောင်းကဲပြီးအချို့က စကားပြောအလွန်ကောင်းသော်လည်း လူမှုဆက်ဆံရေး ညံ့ဖျင်းသောစွမ်းရည် ရှိကြပါသည်။ အော်တစ်ဇင်ရောဂါ ရှိသူများသည် ဘာသာစကား ပြောဆိုအသုံးပြုသည့်အဆင့် မည်သို့ပင်ရှိစေကာမူ ၎င်းတို့အားလုံးတွင် လူမှုဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုအနုအေးအသားအချို့ရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။ စကားအပြောအဆိုနှင့် ဘာသာစကားဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံးကို အသက် 18 လတွင် စတင်ကုသနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါနယ်ပယ်တွင် အဖွဲ့များသောအခက်အခဲအချို့မှာ -

- စကားလုံးဝမပြောခြင်း
- မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုရန် သို့မဟုတ် ပုံပြင်တစ်ပုဒ်ကိုပြောပြရန် ခက်ခဲခြင်း
- စကားစမည်ပြောဆိုခြင်းတွင် ("အပန္နိပန္နိအလွန်လွန်") ပြောဆိုဆက်ဆံမှုမရှိခြင်း
- သဘာဝကျသော အသံအနုအေးအသား ("အလင့်ကာ") သို့မဟုတ် ပုံမှန်မဟုတ်သော အသံများကို အသုံးပြုခြင်း
- အခြားသူတစ်ဦးပြောသည့်စကားကို ထပ်ခါတလဲလဲပြောဆိုခြင်း ("ထပ်တ လဲလဲဖြစ်ပါ သော စိတ်ရောဂါတစ်မျိုး")
- စိတ်တစေ့သော စကားလုံးအဓိပ္ပာယ်များ သို့မဟုတ် စကားစပ်နှင့်ကွဲလွဲသော သော စကားလုံးများ
- မျက်လုံးချင်းဆိုင်ခြင်း၊ ကိုယ်ဟန်ပြောဘာသာစကား/ နှုတ်ဖွဲ့ပြောဆိုခြင်းမဟုတ်သော သင့်ကတေးများကို အသုံးပြု၍ ညံ့ဖျင်းခြင်းနှင့် နားလည်မှုညံ့ဖျင်းခြင်း
- အလွတ်ကျက်မှတ်သည့်ပုံစံတစ်ခုဖြင့် အလွတ်ကျက်မှတ်ထားသော စကားလုံးများ သို့မဟုတ် စကားစုများကို ထပ်ခါတလဲလဲပြောဆိုခြင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံ စကားစပ်များတွင်

စကားအပြောအဆိုဘာသာစကားဆိုင်ရာ ရောဂါဗေဒပညာရှင် (SLP) အား စကားအပြောအဆို၊ ဘာသာစကားနှင့် ဆက်ဆံပြောဆိုမှု၊ နှုတ်ဖွဲ့ပြောဆိုခြင်း မဟုတ်သော ဆက်ဆံပြောဆိုမှုနှင့် တစ်ခါတစ်ရံတွင် နှုတ်တိုက်ရွတ်ခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် လေ့ကျင့်ပေးထားပါသည်။ အောက်ပါတို့ကဲ့သို့သော ပြဿနာများစွာကို ၎င်းတို့သည် ကူညီပေးနိုင်ပါ သည် -

- အကူအညီတောင်းခံခြင်းနှင့် အလျင်းသင့်လျှင် သင့်သလို ဆန့်ဒပ်ခြင်း
- ကစားကွက်ကို အစပျိုးခြင်းနှင့် ထိန်းကျောင်းပြုပြင်ခြင်း
- ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးများကို တည်ဆောက်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန် အတွက် စကားပြောစွမ်းရည်များ
- နှုတ်ဖွဲ့ပြောဆိုသော စကားအရိပ်အမျှင်များနှင့် နှုတ်ဖွဲ့ပြောဆိုခြင်းမဟုတ်သော စကားအရိပ်အမျှင်များကို အသိအမှတ်ပြုခြင်း

- သီးခြား ဆက်ဆံပုံစံများကို သင့်လျော်သောအချိန်များတွင် သင်ယူခြင်း (မင့်ဂလာပါ၊ နှုတ်ဆက်စကား၊ စသည်ဖြင့်)။
- တိုးတက်လာသော ဆက်ဆံပုံစံများနှင့် သမရိုးကျမဟုတ်သော ဆက်ဆံပုံစံများ (AAC) - ရုပ်ပုံလဲလှယ်၍ ဆက်ဆံပုံစံများဆိုင်ရာစနစ်တစ်ခု (PECS)၊ ကွန်ပျူတာများ၊ စာလုံးထွင်းဘုတ်ပြားများနှင့် တက်ဘလက်များအပါအဝင် စနစ်အမျိုးမျိုးမှတစ်ဆင့် ဆက်ဆံပုံစံများတွင် စကားပြောပုံစံများမရှိသော ကလေးအတွက် နည်းလမ်းများ။

လုပ်ငန်းခွင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး

ASD ရောဂါရှိသူများသည် လုပ်ငန်းခွင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး (OT) မှ မကပြခဏ အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိနိုင်ပါသည်။ လုပ်ငန်းခွင်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံးပညာရှင်တစ်ဦးသည် လူနာမူဘာ ဆိုင်ရာ "အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းအလုပ်" (ဆိုလိုသည်မှာ ကစားခြင်းနှင့် ကလေးများအတွက် ကျောင်းတက်ခြင်း) တွင် ၎င်းတို့၏ ကျွမ်းကျင်မှုများ တိုးမြှင့်လာစေရန်အတွက် လူသားများနှင့် လက်တွဲဆောင်ရွက်ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် ASD ရောဂါရှိသူအား နေ့စဉ်ဘဝ၏ ပုံမှန်လုပ်ငန်းဆောင်တာများတွင် အပြည့်အဝပါဝင်ခြင်းမှ တားဆီးပေးသည့်အရာများကို ခွဲခြားသတ်မှတ်ရန် ကူညီပေးပါသည် (စားသောက်ခြင်း၊ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း၊ ဘေးကင်းခြင်း၊ ကစားခြင်း၊ စာရေးခြင်း၊ စာရိုက်ခြင်း၊ ကျောင်းသွားခြင်း သို့မဟုတ် အလုပ်သွားခြင်း စသည်ဖြင့်)။

ASD ရောဂါရှိသူအများစုသည် အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အချက်အလက်များကို လုပ်ဆောင်ရာတွင် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အချက်အလက်များကို ထိရောက်သောနည်းလမ်း (ထိတွေ့မှု၊ အနံ့၊ အမြင်၊ အသံ) ဖြင့် မှတ်သားရာတွင် အခက်အခဲရှိပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ၎င်းတို့သည် ကျယ်လောင်သောဆူညံသံများ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့၏ အရေပြားပေါ်ရှိ အရာများကို ခံစားရသည့်ပုံစံဖြင့် လွှမ်းမိုးခြင်းခံရနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါအရာသည် ၎င်းတို့၏ အပြုအမူများ၊ အာရုံစူးစိုက်မှုနှင့် စိတ်ခံစားမှုများကို ထိန်းညှိရန် ခက်ခဲစေပါသည်။ အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာပေါင်းစပ်သိမြင်မှုအတွက် (SI) ရောဂါကုထုံးသည်အဆိုပါပြဿနာများကို ဖြေရှင်းပေးပြီး OT သည် များသောအားဖြင့် အဆိုပါ နယ်ပယ်တွင် ဆေးကုသမှုပိုင်းဆိုင်ရာအစီအစဉ်များကို ပုဂ္ဂလိကရာ တွင် ပါဝင်သော အဓိကကျသောအထူးပုဂ္ဂလိကကုထုံးဖြစ်ပါသည်။

- OT သည် အများအားဖြင့် ကျောင်းနေအရွယ်ကလေးများ ကျောင်းတွင် ခံယူလေ့ရှိသော ရောဂါကုထုံးတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။
- ၎င်းရောဂါကုထုံးသည် နေအိမ်တွင်၊ ဆေးခန်းတစ်ခုတွင်၊ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာတွင် ကုသနိုင်ပါသည်။
- အဆိုပါရောဂါကုထုံးသည် လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်များအပေါ် အခြေခံထားပြီး ၎င်းသည် အလွန်ပင်သီးခြားဆန်ပါသည်။

OT ရောဂါကုထုံးတစ်ခုကို လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် ဥပမာအချို့ -

- လက်-မျက်လုံး လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုကို တိုးမြှင့်ပေးသော ဂိမ်းများကို စီစဉ်ပါ
- လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းကို မြှင့်တင်နိုင်ရန်အတွက် အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ စူးစိုက်မှုကို ချိန်ညှိပေးပါ (ကျယ်လွန်းပါက နားကပ်ပြားတပ်ခြင်း)

- နည်းပညာ သို့မဟုတ် စက်ပစ္စည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို ပြောင်းလဲပါ (စာရေးရန်အတွက် ခဲတံတစ်ချောင်းကို ဆုပ်ကိုင်ထားခြင်း၊ သို့မဟုတ် နူးညံ့သော အဝတ်အစားများ ဝတ်ဆင်ခြင်းကဲ့သို့ပင် ရိုးရှင်းနိုင်ပါသည်)
- မကပြခဏဆိုသလို OT တွင် ကလေးများအတွက် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုကို ပေါင်းစပ်လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် လွှားခနဲပခြင်းများ၊ အမဲငြိခနဲရန်အတွက် စပရိန်ပါရှိသည့် အောက်ခံပိတ်စနှင့် အခြားနည်းလမ်းများ ပါဝင်ပါသည်။

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံး

ရွေးလျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များသည် အလုပ်တစ်ခုကိုဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် လူတစ်ဦးသည် ၎င်းတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်ကို ရွေးလျားနိုင်စွမ်းရှိသည့် ပုံမှန်အနေအထားအပေါ်တွင် အကျိုးသက်ရောက်စေပါသည်။ တစ်ခါတစ်ရံတွင် အော်တစ်ဇင်ရောဂါရှိသူများသည် ရွေးလျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များ နည်းပါးပါသည်။ ဤသို့ဆိုလျှင် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံး (PT) က ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံးပညာရှင်သည် လူတစ်ဦးအား နေ့စဉ်လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများအတွက် လိုအပ်သော ကွက်သားများ၊ ဟန်ချက်ညီမှုနှင့် ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းမှုကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင် ကူညီပေးနိုင်ရန်အတွက် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကန်သတ်ချက်များအပေါ်တွင် လုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။





အပူအမြူပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံး

လက်တွဲအသုံးချနိုင်သော အပူအမြူပိုင်းဆိုင်ရာ ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာခြင်း (ABA)

ABA သည် ASD ရောဂါအတွက် အကောင်းမွန်ဆုံး ပံ့ပိုးကူညီမှုပေးသည့် ကြံ့ခိုင်ညံ့ခိုင်ဆောင်ရွက်ချက်ဖြစ်ပြီး၎င်းအား သုတသေအပေါ်တွင် အခြေခံထားပါသည်။ ABA သည် နှစ်စဉ်အခြေအနေများတွင် သိပ္ပံနည်းကျအခြေပြုထားသောအပူအမြူပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေခံများကို အသုံးပြုခြင်းဖြစ်ပြီး ABA ရောဂါကုထုံးသည် မတူညီသော အပူအမြူများကို တိုးမြှင့်ရန် သို့မဟုတ် လျော့ချရန်အတွက် ကူညီပေးသည့် ပန်းတိုင်များဆီသို့ ဦးတည်လုပ်ဆောင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် မိသားစုတစ်စုသည် ၎င်းတို့ကလေး၏ ခေါင်းခဏခဏခါမ်းခြင်းကို လျော့ကျအောင်ပြုလုပ်နေစဉ်တွင် ၎င်းတို့ကလေး၏ အစား အစာစားသုံးမှုကို တိုးမြှင့်လိုပေမည်။ မည်သည့်အပူအမြူများသည် ရည်မှန်းချက်အတွက် အထောက်အကူအရှိဆုံးဖြစ်သနည်းဆိုသည်မှာ သီးခြားအခြေအနေပေါ်တွင်မူတည်ပါသည်။ ABA ပရိုဂရမ်အားလုံးသည် နေအိမ်၊ စာသင်ကျောင်းနှင့် အခြားနေရာများတွင် အသုံးပြုနိုင်သည့် အထူးပြုပြင်မှုများ၊ မိဘပါဝင်ပတ်သက်မှုနှင့် သင်ကြားမှုဆိုင်ရာစွမ်းရည်များအပါအဝင် အလားတူအစိတ်အပိုင်းများကို မျှဝေပါသည်။ ABA အား ကလေးများအတွက် ပျော်စပျက်စသောဘဝနှင့် ပြုလုပ်ပေးသင့်ပြီး၎င်းအား ကလေးများ စိတ်ပါလာအောင် ဆွဲဆောင်ပေးသင့်ပါသည်။

- ABA သည် လူတစ်ဦး၏နှစ်စဉ်ဘဝတွင် ပိုမိုမမြဲမာသောအနုအသက်တစ်ခုတွင် လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန်အတွက် စွမ်းရည်များကိုတည်ဆောက်ရာတွင် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ ABA ကို ဘာသာစကား၊ ကစားကွက်၊ အပူအမြူ၊ အာရုံစူးစိုက်မှုနှင့် သင်ယူနိုင်စွမ်းဆိုင်ရာ နယ်ပယ်များတွင် စွမ်းရည်များ တိုးမြှင့်လာစေရန်အတွက် မကပြဲအထ အသုံးပြုနေရရှိခဲ့ပါသည်။
- အချို့သော သုတသေအချက်များသည် အဆိုပါချဉ်းကပ်နည်းကို စော စောစီးစီး အသုံးပြုလေလေ ပိုကောင်းလေလေဟု အကဲဖြတ်ထားသော်လည်း အသက်အရွယ်မရွေးလူတိုင်း ABA မှ အကျိုးခံစားခွင့်ကို ရရှိနိုင်ပါသည်။
- ABA သည် ASD ရောဂါရှိသူများသာမက အပူအမြူပိုင်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များရှိသည့် လူမျိုးနွယ်စုအားလုံးအတွက် အသုံးပြုသည့် ဆေးကုသမှုတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

အောက်ဖော်ပြပါ ချဉ်းကပ်နည်းများကို ABA ၏ သိပ္ပံပညာရပ်တွင်လည်းအခြေခံထားပါသည်။

- ကနဦးစတင်အသုံးပြုသည့် Denver မတ်ဒယ် (ESDM)
- အရာရာဖြစ်သော တုံ့ပြန်မှုပိုင်းဆိုင်ရာဆေးကုသမှု (PRT)
- ဆက်ဆံရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုပိုင်းဆိုင်ရာ ကြံ့ခိုင်ညံ့ခိုင်ဆောင်ရွက်မှု (RDI)
- Floortime သို့မဟုတ် ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ တစ်ဦးချင်းအလိုက်ကွာခြားမှုရှိသည့် ဆက်ဆံရေး (DIR)
- အော်တစ်ဇင်ရောဂါနှင့် ဆက်စပ်နေသော ပြောဆိုဆက်ဆံရေး (TEACCH) ဆိုင်ရာ ဆေးကုသမှုနှင့် ပညာရေး
- သီးခြားစမ်းသပ်သင်ကြားခြင်း (DTT)

သိမ်ငြိမှု အပူအမြူပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး (CBT)

CBT သည် ကလေးများနှင့် လူကြီးများ တွေ့ကျင့်သည့် အခက်အခဲများကို ကုသရာတွင် ထိရောက်သော ကောင်းစွာ သုတသေပြုထားသော နည်းပညာများဆိုင်ရာ အုပ်စုတစ်ခုကို ရည်ညွှန်းပါသည်။ CBT သည် စိုးရိမ်စိတ်နှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချို့ယွင်းမှုများကို ကုသပေးခြင်း၊ စိတ်ဖိစီးမှုနှင့် ဒေါသကို စီမံခန့်ခွဲခြင်းတို့ကို သင်ကြားပေးခြင်း၊ နှင့် လူအချင်းချင်း ပြောဆိုဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာစွမ်းရည်များကို မြှင့်တင်ပေးခြင်းတို့အတွက် ကောင်းစွာလုပ်ဆောင်ပေးပါသည်။ CBT ၏ ရည်မှန်းချက်မှာ စိတ်ခံစားမှုများ၊ အတွေးများနှင့် အပြုအမူများ မည်သို့ဆက်စပ်နေပုံကို လူသားတို့ လေ့လာသင်ယူရာတွင် ကူညီပေးနိုင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ CBT သည် လူသားတို့အား အထောက်အကူမပြုသော ယုံကြည်ချက်များကို ခွဲခြားသတ်မှတ်နည်းနှင့် ပို၍အပြုသဘောဆောင်သော အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာပုံစံများအတွက် ပြုပြင်ဆင်နည်းကို သင်ကြားပေးပါသည်။ ဆေးကုသမှုသည် ပုံမှန်အားဖြင့် ကျွမ်းကျင်မှုများ အပေါ်အခြေခံထားပြီး ကလေးများအတွက် တက်ကြွမှုရှိသော မိသားစုပါဝင်ဆောင်ရွက်မှု ပါဝင်ပါ သည်။

- CBT သည် လုံ့လကောင်းသော အပြုအမူစွမ်းရည်များနှင့် ၎င်းတို့၏ အတွေးအမင်များနှင့် အပြုအမူနှင့် ပတ်သက်၍ တွေးတောနိုင်စွမ်းရှိသော ASD ရောဂါရှိသူ တစ်ဦးချင်းစီအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။
- အမင်အာရုံပိုင်းဆိုင်ရာအကူအညီများကို အသုံးပြုခြင်းနှင့် ရောဂါကုထုံးဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ချက်များတွင် တစ်ဦးချင်းစီ၏ အထူးစိတ်ဝင်စားမှုများကို ပေါင်းစပ်ခြင်းသည် မကပြေစွာ အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။
- လိုင်စင်ရ စိတ်ကျန်းမာရေးပညာရှင်များသည် စိတ်ပညာရှင်များ၊ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ လူမှုရေးလုပ်သားများ၊ စိတ်ရောဂါအထူးကုများနှင့် အတတ် ပညာပိုင်းဆိုင်ရာ အတိုင်ပင်ခံများအပါအဝင် CBT ကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်ပါသည်။
- CBT ကို တစ်ဦးချင်းစီအလိုက် သို့မဟုတ် အဖွဲ့လိုက် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။ CBT သည် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာ ဆက်ဆံပြောဆိုရေးနှင့် လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာတွေးခေါ်မှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်လာစေရန် ရည်ရွယ်သည့် ကုထုံးဆိုင်ရာ လူမှုရေးပိုင်းကျွမ်းကျင်မှုများရှိသည့် အုပ်စုများ၏ ကြိုးပမ်းသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

အောက်ဖော်ပြပါ ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာနည်းလမ်းများသည် သိမ်ငြိမှု - အပူအမြူပိုင်းဆိုင်ရာ သိအိုရီ၏ ရှုထောင့်များကို ထိထိရောက်ရောက် ပေါင်းစပ်ထားပါသည် -

- Dialectic အပူအမြူပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံးကို ယုတုတီရှိရှိ ဆန်းစစ်ရှာဖွေခြင်း (DBT)
- မိဘ-ကလေး အပြုအမူဆက်ဆံမှုဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး (PCIT)
- သတိမူခြင်းကို အခြေခံထားသော CBT



ကူညီပံ့ပိုးပေးသော အခြားရောဂါကုထုံးများနှင့် ကင်းဝေးညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးမှုများ

ဂီတ၊ အနုပညာ၊ လိုက်လျာညီထွေမှုရှိသောလေ့ကျင့်ခန်းနှင့် တိရစ္ဆာန်ဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံး - ASD ရောဂါကုသမှုအတွက် ကောင်းစွာသုတေသနမပြုသေးသော ရောဂါကုထုံးများ စွာရှိသော်လည်း အဆိုပါရောဂါကုထုံးသည် အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ အဆိုပါ ရောဂါကုထုံးများသည် လူမှုဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များကို ပံ့ပိုးပေးခြင်း၊ မိမိကိုယ် ကို လေးစားမှု မရှိတတ်ရန်နှင့် ယုံကြည်မှုကိုတည်ဆောက်ခြင်း၊ ရွေးချယ်မှုပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်း ရည်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန်နှင့် ASD ရောဂါရှိသူ တစ်ဦးချင်းစီအတွက် ဘဝတစ်သက် တာအရည်အသွေးကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်ပါသည်။

ဆေးဝါးများအတွက် ဆေးညွှန်း

ASD ရောဂါကိုကုသရန် ဒီဇိုင်းထုတ်ထားသော ဆေးညွှန်းမရှိသော်လည်း အချို့သောဆေးဝါး များသည် အင်မြဲမနုတတ်ခြင်း၊ အာရုံစိုက်ခြင်း၊ ရန်လိုခြင်း၊ စိတ်ပူပန်ခြင်း၊ စိတ်ဓာတ်ကျ ခြင်း၊ အိပ်ရေးပျက်ခြင်းနှင့် စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အပြောင်းအလဲများ ကဲ့သို့သော ဆက်စပ် နှောင့်နှေးရောဂါလက္ခဏာများကို ထိရောက်စွာကုသနိုင်ပါသည်။ ဆေးကုသမှု၏တစ်စိတ် တစ်ပိုင်းအနေဖြင့် ဆေးဝါးအတွက် ဆေးညွှန်းပါ ဝင်ခြင်း၏ ပန်းတိုင်မှာ မကင်းမရှင်းသလို အနာရောဂါအယွက်ဖြစ်သော ရောဂါလက္ခဏာများကို လျှော့ချရန်ဖြစ်ပြီးလူတစ်ဦးသည် အခြားရောဂါကုထုံးအမျိုးအစားများ သို့မဟုတ် ပညာရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အလမ်းများကို ပိုမို ကောင်းမွန်စွာ တုံ့ပြန်နိုင်စေရန်ဖြစ်ပါသည်။ သင့် PCP နှင့် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ပြောင်းလဲမှု များကို ဆွေးနွေးရန် အရေးကြီးပြီးဆက်စပ်သော အကျိုးသက်ရောက်မှု သို့မဟုတ် ဘေး ထွက်ဆိုးကျိုးများကို စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးရန်အတွက် (ဆေးဝါးအရောင်းဆိုင် သို့မဟုတ် ဗီတာမင်/ဆေးဖက်ဝင်အပင်များ အပါအဝင်) ဆေးဝါးများအားလုံးကို သင့်ဆေးကုသမှု ဆိုင်ရာအဖွဲ့အား အသိပေးထားရန် အရေးကြီးပါသည်။

အစားအသောက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကင်းဝေးညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးမှုများ

လူတစ်ချို့သည် ၎င်းတို့၏ အစားအသောက်ကို ပြောင်းလဲပေးခြင်းက လုပ် ဆောင်ချက်ပိုင်း တွင် တိုးတက်လာမှုများကို အစီရင်ခံတင်ပြကြပါသည်။ ASD ရောဂါကို တွေ့ရှိခြင်းနှင့် ရသော မိသားစုများမှ အသုံးပြုသည့် အသုံးအများဆုံး အစားအသောက်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကင်း ဝေးညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးမှုနှစ်မျိုးမှာ ကစီဓါတ် နှင့် ဒိန်ခဲဓါတ်ကင်းသော အစားအစာများ နှင့် တဆေးကင်းသောအစားအစာများဖြစ်ပါသည်။ သင့် အဓိကဆရာဝန်၏ အကြံပြုချက် ကို ရယူနေစဉ်တွင် အဆိုပါနယ်ပယ်တွင် လမ်းညွှန်မှုပေးနိုင်သော သဘာဝကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုပေး သည့်အထူးကုဆရာဝန်များကဲ့သို့သော ကျွမ်းကျင်သူများရှိပါသည်။ အစားအသောက်ပိုင်းဆိုင်ရာကန့်သတ်ချက်၏ ဖြစ်နိုင်ချေရှိသောရလဒ်သည် ဖြစ်နိုင်ချေရှိ သော အနုတရားယုံကြည်မှု အဆမတန်များစွာပေါ်ကာ ၎င်းတို့သည် အတူတကွ ဆုံးဖြတ်ရာတွင် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။ စိုးရိမ်ပူပန်မှုများရှိပါက သီးခြားဓာတ်မတည့်မှုဆိုင်ရာ စမ်းသပ် စစ်ဆေးခြင်းကို အကဲဖြတ်နိုင်ပါသည်။



အော်တစ်ဇင်ရောဂါနှင့် ဆက်စပ်နေသောဝေါဟာရများ၏ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်

အမေရိကန်နိုင်ငံသားမသန်စွမ်းသူများဥပဒေ (ADA) သည် မသန်စွမ်းသူတစ်ဦးအတွက် အခွင့်အရေးများကို အာမခံပေးသည့် အမေရိကန်နိုင်ငံဥပဒေဖြစ်ပါသည်။

လက်တွေ့အသုံးပြုနိုင်သော အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမှု (ABA) သည် လူတစ်ဦးချင်းစီ၏ အပြုအမူများကို တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ပြောင်းလဲရာတွင် ကူညီပေးသည့် ရောဂါကုထုံးဆိုင်ရာအမျိုးအစားတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

အကြားအာရုံပိုင်းဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်ပညာရှင် သည် လူပုဂ္ဂိုလ်များတွင် အကြားအာရုံ ချို့ယွင်းခြင်း သို့မဟုတ် ဟန်ချက်မညီခြင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ရောဂါလက္ခဏာ ရှာဖွေ၍ ကုသပေးသော ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်တစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။

အော်တစ်ဇင်ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေရေးဆိုင်ရာ လေ့လာစူးစမ်းမှုအတွက်လုပ်ငန်းစဉ် (ADOS) သည် ASD ရောဂါလက္ခဏာရှာဖွေခြင်းအတွက် ရွတ်ဆိုပုံဖြင့် စံနှုန်း သတ်မှတ်ထားသည့် အပြန်အလှန်စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အခြား အချက်အလက်များနှင့်အတူ (ဥပမာ - အင်တာဗျူးများနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုပိုင်းဆိုင်ရာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်းမှ) ADOS ကို အများအားဖြင့် အော်တစ်ဇင်ရောဂါဆိုင်ရာ အကဲဖြတ်မှုတွင် ထည့်သွင်းထားပါသည်။

နာတာရှည် ဝမ်းချုပ်ခြင်း သည် တစ်ပတ်လျှင် အူလမ်း ကြောင်း လှုပ်ရှားမှု သုံးကြိမ်ထက် နည်း၍ ဆက်လက်ဖြစ်ပွားနေသော အခြေအနေတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

သိမြင်မှုပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များ သည် သင်ယူမှုပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ငန်းစဉ်တွင် အသုံးပြု သည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များ ဖြစ်ပါသည်။

ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းချက် သည် ပုံမှန်ဖွံ့ဖြိုးမှုကို ထိခိုက်စေသည့် ချို့ယွင်းချက် များရှိသည့်မိသားစုတစ်စုကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ တစ်ဦးချင်းစီအလိုက်ဆက်ဆံရေးကွာခြားမှု (DIR) သည် Floortime ဟုခေါ်သော ရောဂါကုထုံးဖြစ်ပါသည်။

ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာမှတ်တိုင်များ ကလေးအများစု အသက်အရွယ်အလိုက် လုပ်ဆောင်နိုင် သည့် စွမ်းရည်များ သို့မဟုတ် အပြုအမူများ။ အဆိုပါ အကြောင်းအရာများကို www.cdc.gov တွင် တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များဆောင်ရွက်သည့် ကလေးအထူးကုဆရာဝန် သည် ဖွံ့ဖြိုး မှုပိုင်းဆိုင်ရာ-အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကလေးအထူးကုဆေးပညာရပ်များတွင် အထူး လေ့ကျင့်ပေးထားသည့် ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာ ဆရာဝန်တစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းချက်များဆိုင်ရာ ရောဂါရှာဖွေရေးနှင့် ကိန်း ဂဏန်းစာရင်းအင်း လက်စွဲစာအုပ် (DSM) သည် အမေရိကန်စိတ် ရောဂါကုသရေးမှတ်တိုင်ဝေသော စိတ် ပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် စိတ်ရောဂါပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းချက်များကို အမျိုးအစားခွဲခြားအတွက် အသုံးပြုသည့်တရားဝင်စနစ်ဖြစ်သည်။

သီးခြားစမ်းသပ်သင်ကြားခြင်း (DTT) သည် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံးအမျိုး အစားတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

Dyspraxia သည် ကြွက်သားလှုပ်ရှားမှုများကို အစီအစဉ်ဆွဲရန်နှင့် ၎င်းကြွက်သား လှုပ်ရှားမှုများကို လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းမဲ့စေသော ဦး နှောက်၏ မစွမ်းဆောင်နိုင်မှု ဖြစ် ပါသည်။

ကနဦးကြာဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှု (EI) သည် ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာပြဿနာများ သို့မဟုတ် အခြားသော မသန်စွမ်းမှုများကို တတ်နိုင်သမျှ စောစီးစွာ ရှာဖွေဖော်ထုတ်နိုင်

ရန်နှင့် ကုသနိုင်ရန်အတွက် ဒီဇိုင်းထုတ်ထားသော နိုင်ငံတော်မှ ရန်ပုံငွေဖြင့် ရပ်တည်သည့် ပရိုဂရမ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ EI အတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီမှုသည် မွေးစမှ သုံးနှစ် အထိဖြစ်ပါသည်။

Echolalia သည် စကားလုံးများ သို့မဟုတ် စကားစုများကို ထပ်ခါတလဲလဲ ပြောဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ခံစားမှုကို ထိထိမိမိဖော်ပြသော ဘာသာစကား သည် အခြားသူများထံသို့ ရည်ရွယ်ချက် များ၊ ဆန္ဒများ၊ သို့မဟုတ် အတွေးအမြင်များကို ဆက်သွယ်ပြောဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ စကားအပြောအဆို၊ အရေးအသား၊ လက်ဟန်ခြေဟန်များ၊ လက်မှတ်ထိုးခြင်း၊ ပြောဆို ဆက်သွယ်ရေးဆိုင်ရာဘုတ်ပြားတစ်ချပ်ကိုအသုံးပြုခြင်းနှင့် အခြားဖော်ပြမှုပုံစံများ ပါဝင်ပါသည်။

သင့်လျော်ကောင်းမွန်သောအခမဲ့ အစိုးရပညာရေး (FAPE) ဆိုသည်မှာ အသက်သုံးနှစ်မှ နှစ်ဆယ်တစ်နှစ်အထိ ကလေးများအားလုံး အစိုးရစရိတ်ဖြင့် ပညာရေးကို ထောက်ပံ့ပေး ရမည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

Floortime သည် ASD ရောဂါရှိသော ကလေးများအတွက် ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ကြား ဝင်ဆောင်ရွက်ပေးမှုတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

Fragile X သည် တစ်ခါတစ်ရံ ASD ရောဂါ၏ ဝိသေသ လက္ခဏာများကို မျှဝေပေး သည့် မျိုးရိုးဗီဇပိုင်းဆိုင်ရာ ချို့ယွင်းချက်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ASD ရောဂါလက္ခဏာရှိ သူများကို Fragile X အတွက် စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် ယေဘုယျအားဖြင့် အကြံပြုထား ပါသည်။

အစာအိမ်နှင့်အူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ အထူးကုဆရာဝန်များသည် အစာပြန်၊ အစာအိမ်၊ အူသိမ်၊ အူကြီး၊ ပန်ကရိယ၊ အသည်း၊ သည်းခြေအိတ်နှင့် သည်းခြေရည်စနစ်တို့ အပါအဝင် GI လမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများကို အထူးကုသပေးပါသည်။

အထွေထွေပညာရေး သည် တူညီသောအတန်းအဆင့်အလိုက်ဖြစ်သော ဘာသာရပ်ပေါင်း မြောက်များစွာတွင် သင်ကြားပေးသည့် “သမရိုးကျပညာရေး” ဆိုင်ရာသင်တန်းများ၏ စီး ရီးတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

မျိုးရိုးဗီဇပညာရှင်သည် မျိုးရိုးဗီဇဆိုင်ရာပြဿနာများကို အထူးကုသပေးသော ဆေးကု သမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ဆရာဝန်တစ်ဦးကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

လက်ဟန်ခြေဟန်များသည် လက်နှင့် ဦးခေါင်းလှုပ်ရှားမှုများဖြစ်သည်။ အခြားသူ တစ်ဦးအား နှုတ်ဖြင့်မဟုတ်သော ဆက်သွယ်ရေးကို အချက်ပြရန်အတွက် ၎င်းကို အသုံးပြုသည့် (ဥပမာ ပေးခြင်း၊ လက်လှမ်းခြင်း၊ လက်ငွေ့ယမ်းခြင်း၊ လက်ညှိုးထိုးခြင်း သို့မဟုတ် ခေါင်းလှုပ်ရမ်းခြင်းကဲ့သို့)။

ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ နှောင့်နှေးခြင်း (GDD) သည် အသက် 6 နှစ်အောက် ကလေးများတွင် ရောဂါလက္ခဏာကို ရှာဖွေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် နယ်ပယ်ပေါင်း များစွာတွင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု နှောင့်နှေးနေသည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။

Hyperlexia သည် ငယ်ရွယ်စဉ်ကတည်းက စာဖတ်နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ hyperlexic ဖြစ်စေရန် ကလေးတစ်ဦးသည် သူ သို့မဟုတ် သူမ ဖတ်နေသည့်အရာကို နားလည်ရန် မ လိုအပ်ပေ။

Hypotonia သည် ကြွက်သားများ အားနည်းခြင်းဟု အဓိပ္ပာယ်ရသော အသုံးအနှုန်း ဝေါဟာရတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

အမှတ်မထင်သင်ကြားမှု သည် ကလေးတစ်ဦးအား နည်းလမ်းတကျစာသင်ကြားနေစဉ် အတွင်း ၎င်းတို့ လေ့လာသင်ယူထားသည့်များကို နားလည်နိုင်စေရန်အတွက် ကူညီပေးနိုင်ရန်၊ ၎င်းတို့၏ နေအိမ် သို့မဟုတ် အသိုင်းအဝိုင်းတွင် “အချိန်အခိုက်အတန့်တွင်” ရှိနေစဉ် ကျွမ်းကျင်မှုအသစ်များကို သင်ကြားပေးပါသည်။

တစ်ဦးချင်းစီအလိုက် မိသားစုဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာအစီအစဉ်(IFSP) ကို အဓိကပါဝင်သူအဖြစ် မိသားစု အပါအဝင် အဖွဲ့တစ်ခုအားဖြင့် ဖွဲ့စည်းတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ပြုပြင်ပါသည်။ ၎င်းသည် ပန်းတိုင်များကို ခွဲခြားသတ်မှတ်ရန်နှင့် ယင်းပန်းတိုင်များအတွက် အရည်အချင်းပြည့်မီစေရန် ကူညီပေးသည့် အစီအစဉ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

တစ်ဦးချင်းပညာရေးဆိုင်ရာပရိုဂရမ် (IEP) သည် ကျောင်း သား၏ သီးခြားလေ့လာသင်ယူမှုဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များ၊ ၎င်းတို့အား စာသင်ကျောင်းသည် မည်သို့ဖြည့်ဆည်းပေးမည်ဆိုသည် နှင့် တိုးတက်မှုကို ပြန်လည်သုံးသပ်ရန်အတွက် နည်းလမ်းများကို ခွဲခြားသတ်မှတ်ပေးပါသည်။ အသက် 14 နှစ်နှင့် ၎င်းနှစ်အထက် ကျောင်းသားများအတွက် IEP တွင် အလယ်တန်းလွန်ပညာရေး သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းခွင်သို့ ကူးပြောင်းရန် သို့မဟုတ် ကျောင်းသားအား ရပ်ရွာတွင် တတ်နိုင်သမျှ အမှီအခိုကင်းကင်းဖြင့် နေထိုင်နိုင်ရန်အတွက် ကူညီပေးရန် အစီအစဉ်တစ်ခုပါရှိပါသည်။

မသန်စွမ်းသူများအတွက်ပညာရေးဆိုင်ရာဥပဒေ(IDEA) သည် အသက် 3 နှစ်မှ 21 နှစ်ကြား မသန်စွမ်းသူများအားလုံး၏ “အခမဲ့ပညာ ရေးနှင့် အစိုးရပညာရေး” ကို ပြဌာန်းထားသော US ဥပဒေဖြစ်ပါသည်။

ပါဝင်ခြင်း တွင် မသန်စွမ်းမှုမခွဲခြားဘဲ ပုံမှန်အားဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးဆဲဖြစ်သောရွယ်တူများနှင့် ပုံမှန်စာသင်ခန်းများတွင် ကလေးအားလုံးကို ပညာပေးခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။

ဉာဏ်ရည်မသန်စွမ်းမှု သည် လူတစ်ဦးချင်းစီကို ပုံ၍နှေးကွေးစွာ ဖွံ့ဖြိုးလာစေသည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ဆောင်မှုတွင် ကန့်သတ်ချက်များကို ဖော်ပြပါသည်။ ၎င်းတို့သည် စကားပြောဆိုရန်၊ လမ်းလျှောက်ရန်နှင့် ဝတ်စားဆင်ယင်ခြင်းသို့မဟုတ် စားသောက်ခြင်းကဲ့သို့သော ကိုယ်ရေးကိုယ်တာပိုင်းဆိုင်ရာ လိုအပ်ချက်များကို ဂရုစိုက်နိုင်ရန်အတွက် လေ့လာသင်ယူနိုင်ရန် အချိန်ပိုကြာနိုင်ပြီး စာသင်ကျောင်းတွင် လေ့လာသင်ယူမှုအခက်အခဲရှိနိုင်ခြေရှိပါသည်။ သိမ်မွေ့ရာမှ ဆိုးရွားပြင်းထန်လာနိုင်ပြီး ယခင်က ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေးပိုင်းဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးမှုနည်းခြင်းဟု ရည်ညွှန်းခံခြင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ပူးတွဲအာရုံစိုက်မှု သည် အခြားသူတစ်ဦးနှင့် အတွေ့အကြုံတစ်ခုကို မျှဝေခြင်းဆိုင်ရာလုပ်ငန်းစဉ်ဖြစ်ပြီး မကြာခဏ ငေးကြည့်ခြင်း သို့မဟုတ် ညွှန်ပြခြင်းဆိုင်ရာ လက်ဟန်ခြေဟန်အမူအရာများကို လိုက်နာခြင်းဖြင့် မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။ ပူးတွဲအာရုံစိုက်မှုတွင် ချွတ်ယွင်းမှုသည် ASD ရောဂါ၏ အဓိကပြဿနာတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

အနည်းဆုံးကန့်သတ်ချက်ထားရှိထားသောပတ်ဝန်းကျင် (LRE) သည် မသန်စွမ်းမှုမရှိသောကလေးငယ်များနှင့် မသန်စွမ်းသော ကလေးများအတွက် အခွင့်အလမ်းများကို အနည်းဆုံးကန့်သတ်ချက်ထားရှိထားသည့် နယ်နိမိတ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ဥပဒေသည် မသန်စွမ်းမှုတစ်ခုရှိသည့်ကလေးတိုင်းကို အနည်းဆုံးကန့် သတ်ချက်ထားရှိထားသော ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ပညာသင်ကြားရန်အတွက် ပြဌာန်းထားပါသည်။

ခေတ်ရေစီးကြောင်း ဆိုသည်မှာ ကျောင်းသားများအား ရှိပြီးသားပညာရေးဆိုင်ရာ အချိန်မှန်တက်ရောက်ရသည့်အတန်းများတွင် ပါဝင်နိုင်ရန်အတွက် မျှော်လင့်ထားပါသည်။ ၎င်းသည် တစ်ဖြစ်ည်းဖြစ်သော၊ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းသာဖြစ်သော သို့မဟုတ် အချိန်ပိုင်းဖြစ်သော လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည် (ဥပမာ ကျောင်းသားသည် အချိန်မှန်တက်ရောက်ရသည့်စာသင်ကျောင်းအတွင်း သီးသန့်အတန်းများကို တက်

ရောက်နိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ပုံမှန်ကစားရသည့် အားကစားခန်းမတွင်နှင့် နေ့လယ်စာကျွေးမွေးရေးတွင်သာ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။)

လမ်းလျှောက်တတ်ခါစကလေးငယ်များတွင် ဖြစ်ပေါ်သောအော်တစ်ဇင်ရောဂါအတွက် ပြုပြင်မွမ်းမံထားသော စစ်ဆေးချက်စာရင်း (MCHAT) သည် နောက်ထပ်စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုအတွက် အထူးကုထံသို့ လွှဲပြောင်းကုသခြင်းခံရနိုင်သည့် လမ်းလျှောက်တတ်ခါစကလေးငယ်များကို ခွဲခြားသတ်မှတ်ရန်အတွက် အသုံးပြုသည့် စစ်ဆေးမှုကိရိယာတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

ရွေ့လျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းချက်များ ဆိုသည်မှာ လူတစ်ဦးမှ မစွမ်းဆောင်နိုင်သော သို့မဟုတ် လုပ်ဆောင်ရန်ခက်ခဲသော ကာယစွမ်းရည်များဖြစ်ပါသည်။

အာရုံကြောပညာရှင် သည် အာရုံကြောစနစ်၊ အထူးသဖြင့် ဦးနှောက်နှင့် ကျောရိုးနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာပြဿနာများအတွက် အထူးပြုဆရာဝန်တစ်ဦးကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုခြင်းမဟုတ်သောအပြုအမူများ သည် စကားလုံးများ မသုံးဘဲ မျက်လုံးအကြည့်၊ မျက်နှာအမူအရာများ၊ ကိုယ်ဟန်အနေအထားများနှင့် လက်ဟန်ခြေဟန်အမူအရာများဖြင့်သာ အချက်အလက်များကို ပေးပို့ပါသည် သို့မဟုတ် စိတ်ခံစားမှုများကို ဖော်ပြပါသည်။

လုပ်ငန်းခွင်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံး (OT) သည် နေ့စဉ်လူနေမှုဘဝတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေသော ရွေ့လျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကို ကူညီပေးပါသည်။ OT သည် အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာပြဿနာများ၊ လှုပ်ရှားသွားလာမှုကို ဟန်ချက်ညီညီ ထိန်းညှိနိုင်ခြင်း၊ ဟန်ချက်ညီမှုနှင့် တစားဆင်ယင်မှု၊ ခက်ရင်းတစ်ချောင်းဖြင့် အစာစားခြင်း၊ ဖြီးလိမ်းခြင်း၊ အစရှိသည်ဖြင့် ကဲ့သို့သော မိမိကိုယ်ကိုယ်မိမိနိုင်ငံခြားမှုရှိခြင်း ဆိုင်ရာစွမ်းရည်များအပေါ်တွင် အာရုံစိုက်နိုင်ပါသည်။ အမြင်အာရုံနှင့် လက်-မျက်လုံးဆိုင်ရာဟန်ချက်ညီညီထိန်းညှိနိုင်ခြင်းကို ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနိုင်ပါစေ။

ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာချို့ယွင်းချက် (PDD) သည် အော်တစ်ဇင်ရောဂါ၏ အမျိုးအစားခွဲတစ်ခုဟု ယူဆထားသော်လည်း ဆေးကုသမှုဆိုင်ရာနယ်ပယ်တွင် ၎င်းကို အသုံးမပြုတော့ပေ။

ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါကုထုံးသည် လူနာများအား ၎င်းတို့၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းရည်များကို ပြန်လည်ရရှိနိုင်ရန် သို့မဟုတ် မြှင့်တင်ပေးနိုင်ရန်အတွက် ကူညီပေးပါသည်။

Pica သည် အနည်းဆုံး 1 လ (18-24 လထက်ကြီးသော) အထိအစားအစာမဟုတ်သော အရာများကို ထပ်တလဲလဲစားခြင်း သို့မဟုတ် ခံတွင်းတွေ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ရွှံ့စေး၊ အညစ်အကြေး၊ ကျောက်စရစ်ခဲများ၊ ဆံပင်၊ ပလပ်စတစ်စသည့် အရာများ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

ရုပ်ပုံလဲလှယ်၍ ပြောဆိုဆက်သွယ်ရေးစနစ် (PECS) သည် ရုပ်ပုံသင်္ကေတများကို အသုံးပြုထားသော ပြောဆိုဆက်သွယ်ရေးစနစ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ပြီးပြည့်စုံသောစာကြောင်းများကို တည်ဆောက်နိုင်ရန်၊ ပြောဆိုဆက်သွယ်ရေးကို အစပျိုးရန်နှင့် မေးခွန်းများကိုဖြေဆိုနိုင်ရန်အတွက် လူပုဂ္ဂိုလ်များ သည် ရုပ်ပုံသင်္ကေတများကို အသုံးပြုတတ်ရန်အတွက် လေ့လာသင်ယူပါသည်။

အဓိကဖြစ်သောတုံ့ပြန်မှုပိုင်းဆိုင်ရာဆေးကုသမှု (PRT) သည် မလိုလားအပ်သော အပြုအမူများကို ပြောင်းလဲရာတွင် ကူညီပေးသည့် ရောဂါကုထုံးတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

လက်ခံနိုင်စွမ်းရှိသောဘာသာစကား သည် စကားလုံးများနှင့် စာကြောင်းများကို နားလည်နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

အားဖြည့်ပေးခြင်း သို့မဟုတ် အားကောင်းသောလုံ့ဆော်မှု သည် လိုချင်သောအပြုအမူ တစ်ခုကို ရရှိအောင်ပြုလုပ်ပြီးနောက်တွင် ပေးသောဆုလာဘ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

ဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် ကြားဝင်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်မှု (RDI) သည် နို့စို့ အရွယ်နှင့် ငယ်ရွယ်စဉ်ကလေးဘဝတွင် ပုံမှန်အားဖြင့် ဖွံ့ဖြိုးလာသော လူမှုဆက်ဆံရေး မှတစ်ဆင့် အပြုသဘောဆောင်သော အပြုအမူများကို တည်ဆောက်ခြင်းအပေါ်တွင် အခြေခံထားသည့် ရောဂါကုထုံးတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

စိတ်သက်သာရာရရေးဆိုင်ရာပြုစုစောင့်ရှောက်မှု သည် မသန်စွမ်းသူ တစ်ဦးချင်းစီအား ယာယီ၊ ကာလတို ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု ဖြစ်ပါသည်။ စိတ်သက်သာရာရရေးဆိုင်ရာ ပြုစု စောင့်ရှောက်မှုသည် ပြုစုစောင့်ရှောက်သူများအား စိတ်ဖိစီးမှုနှင့် ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုများ ကို သက်သာစေရန်အတွက် အနားယူခွင့်ပေးပါသည်။

ကိုယ်ပိုင်စည်းမျဉ်း သည် မိမိကိုယ်ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်းကို ရည်ညွှန်းပါသည်။ ကိုယ်ပိုင်စည်းမျဉ်းသည် လူပုဂ္ဂိုလ်များအား ၎င်းတို့၏ စိတ်ခံစားမှုနှင့် အပြုအမူများကို စီမံခန့်ခွဲနိုင်ရန်အတွက် ကူညီပေးပြီး လူ့အဖွဲ့အစည်း၊ အလုပ်နှင့် မိသားစုဘဝတွင် ကျွန်ုပ် တို့ကို အောင်မြင်စွာ ပါဝင်နိုင်စေရန်အတွက် ကူညီပေးပါသည်။

အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ခုခံကာကွယ်မှု သည် အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အချက်အလက် ထည့်သွင်းမှုအပေါ် အပျက်သဘောဆောင်သော တုံ့ပြန်မှုလွန်ကဲသည့် သေဖီချက်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းကို စိတ်ထိခိုက်လွယ်ခြင်းဟုလည်း ခေါ်ပါသည်။

အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာပေါင်းစပ်လုပ်ဆောင်ခြင်း သည် ဦးနှောက်မှ အာရုံခံစားမှုပိုင်း ဆိုင်ရာလုံ့ဆော်မှုကိုလုပ်ဆောင်ပေးသည့် သို့မဟုတ် အာရုံခံစားမှုကို ခန္ဓာကိုယ်မှ လုံ့ဆော် ပေးသည့်နည်းလမ်းဖြစ်ပြီး ယင်းအချက်အလက်များကို တိကျသော၊ စီစဉ်ထားသော၊ ဟန်ချက်ညီအောင်ထိန်းညှိနိုင်သော ရွေ့လျားမှုပိုင်းဆိုင်ရာလုပ်ဆောင်ချက်အဖြစ် ဘာသာပြန်ဆိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာပေါင်းစပ်လုပ်ဆောင်မှုတွင် ကမောက်ကမဖြစ်မှု သည် အာရုံကြောဆိုင်ရာ ခြားနားချက်ဖြစ်ပြီး ၎င်းသည် ကိုယ်နေဟန်ထားပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံခံစားမှု (proprioception) နှင့် အချက်အလက်များကို မှတ်သားသည့် မှတ် ဉာဏ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံခံစားမှုများကို လုပ်ဆောင်ရာတွင် အခက်အခဲများကို ဖြစ်ပေါ် စေပါသည်။ အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာအချက်အလက်များကို ပုံမှန်အားဖြင့် အာရုံခံနိုင် သော်လည်း ၎င်းကို ထူးထူးကဲကဲ လေ့လာမိနိုင်ပါသည်။

အာရုံခံမှုပိုင်းဆိုင်ရာပေါင်းစပ်လုပ်ဆောင်မှုအတွက် ရောဂါကုထုံး သည် ဝင်လာသော အာရုံခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာအချက်အလက်များကို အသုံးပြုနိုင်သည့် စွမ်းရည်ကို တိုးတက်လာစေရန်အတွက် အသုံးပြုပါသည်။

အနှောင့်အယှက်ကင်းကင်းဖြင့်အိပ်စက်ခြင်း သည် ဆူညံသံ၊ အလင်း ရောင်နှင့် အပူချိန် ကို ချိန်ညှိခြင်း၊ တစ်မှေးအိပ်စက်ခြင်း ကိုရှောင်ကြဉ်ခြင်းနှင့် ကမိန်းဓာတ်ကို ရှောင်ကြဉ် ခြင်းကဲ့သို့သော အိပ်ရေးဝဝအိပ်စက်ခြင်းအတွက် အရေးကြီးသော အလေ့အထများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာအချက်များကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

လူမှုဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာ အပြန်အလှန်အကျိုးပြုမှု သည် လူများအကြား လူမှုဆက်ဆံရေးပိုင်းဆိုင်ရာ အပြန်အလှန်လှန် စီးဆင်းမှုဖြစ်ပါသည်။

လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာဇာတ်လမ်းများ များသည် ASD ရောဂါရှိသူအတွက် နားလည် ရန်ခက်ခဲသည့် အခြေအနေများကို ဖော်ပြသည့် ရိုးရှင်းသောဇာတ်လမ်းများဖြစ် ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကလေးတစ်ဦးသည် သူ့မျှော်လင့်ထားသည့်အရာကို နားလည် သဘောပေါက်ရန် ခက်ခဲပုံပေါ်ပါက သို့မဟုတ် ထိုနေရာတွင် မည်သို့ပြုမူမည်ကို နားလည်သဘောပေါက်ရန် ခက်ခဲပုံပါက မွေးနေ့ပါတီပွဲများအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ လူမှုရေးပိုင်းဆိုင်ရာဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကိုရေးသားနိုင်ပါသည်။

လူမှုဝန်ထမ်း သည် မိသားစုများ၏ လူမှုရေး၊ စိတ်ခံစားမှုပိုင်းဆိုင်ရာနှင့် လူမှုစီးပွား ဆိုင်ရာလိုအပ်ချက်များအတွက် လေ့ကျင့်သင်ကြားထားသော အထူးကျွမ်းကျင် လုပ်သားတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ လူမှုဝန်ထမ်းများသည် မိသားစုများက ၎င်းတို့လိုအပ်သော ဝန်ဆောင်မှုများကို ရှာဖွေရာတွင် ကူညီပေးလေ့ရှိပါသည်။

အထူးပညာရေး သည် မသန်စွမ်းသောကလေးတစ်ဦး၏ ထူးခြားသောလိုအပ်ချက် များကိုဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန်အတွက် မိသားစုများအား အခကြေးငွေကုန်ကျခြင်းမရှိဘဲ အခမဲ့တက်နိုင်သည့်အစိုးရကျောင်းပရိုဂရမ်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

စကားအပြောအဆိုနှင့် ဘာသာစကားဆိုင်ရာ ရောဂါကုထုံးအား တစ်ဦးချင်းစီ၏ ပြောဆို ဆက်ဆံနိုင်စွမ်းကို မြှင့်တင်ပေးရန် ရည်မှန်းချက်ဖြင့် ပံ့ပိုးပေးထားပါသည်။ အဆိုပါ ရောဂါကုထုံးတွင် နှုတ်ဖြင့်ပြောဆိုသော ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေး နှင့် နှုတ်ဖြင့်ပြောဆို ခြင်းမဟုတ်သော ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေးတို့ ပါဝင်ပါသည်။

နှုတ်ပြောဘာသာစကား (ခံစားချက်ကို ထိထိမိမိဖော်ပြနိုင်သော ဟုလည်း ရည်ညွှန်း သည်) နှုတ်အမူအရာ သို့မဟုတ် စကားအပြောအဆိုပိုင်းဆိုင်ရာ အသုံးပြုမှု၊ အတွေး များ၊ အတွေးအခေါ်များနှင့် ခံစားချက်များကို အခြားသူများနှင့် ဆက်သွယ်ပြောဆို နိုင်ရန်။

ပုံသေကားကျပုံစံပြုလုပ်ထားသော အပြုအမူများ သည် ထပ်ခါတလဲလဲပြုလုပ်သော အပြုအမူများ သို့မဟုတ် လုပ်ဆောင်ချက်များဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် လှုပ်ခြင်း၊ လှည့် ခြင်း၊ လက်ခုပ်တီးခြင်း သို့မဟုတ် ကိုယ်ဟန်အနေအထားပြခြင်း သို့မဟုတ် လက်ချောင်း များကဲ့သို့ ထပ်ခါတလဲလဲ လှုပ်ရှားမှုများ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

ပုံသေကားကျပုံစံပြုလုပ်ထားသော စိတ်ဝင်စားမှုပိုင်းဆိုင်ရာပုံစံများ သို့မဟုတ် စိတ်ဝင်စားမှုကိုကန့်သတ်ထားသောပုံစံများသည် ဘောင်ကျဉ်း သောစိတ်ဝင်စားမှု အတိုင်းအတာများနှင့် ဘောင်ကျဉ်းသော လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုအတိုင်းအတာများနှင့် အတူ ပြင်းပြသောစိတ်ဝင်စားမှုပုံစံတစ်ခုကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

လုံ့ဆော်ခြင်း သို့မဟုတ် "မိမိကိုယ်ကို လုံ့ဆော်ခြင်း" ဆိုင်ရာ အပြုအမူများသည် အာရုံခံစားမှုကို လုံ့ဆော်ပေးပါသည်။ အချို့သော "လုံ့ဆော်မှုများ" သည် အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်ပါသည် (ငြိမ်သက်ခြင်း၊ အာရုံစူးစိုက်မှုတိုးလာခြင်း၊ သို့မဟုတ် အလွန်အလွန်ပြင်း ထန်သောအသံတစ်ခုကို ပိတ်ပစ်ခြင်း)။

သင်္ကေတဆိုင်ရာကစားကွက် သည် ကလေးများသည် အရာဝတ္ထုများကိုပြုလုပ်ရန် သို့မဟုတ် တစ်ခုခုဖြစ်ရန် သို့မဟုတ် အခြားသူတစ်ဦးဦးအား ဟန်ဆောင်ကစားပြသည့် ကစားကွက်ကို ဖော်ပြပါသည်။ ၎င်းကစားကွက်သည် များသောအားဖြင့် အသက် နှစ် နှစ်မှ သုံးနှစ်ကြားတွင် ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ ၎င်းကို ယုံကြည်အောင်ပြုလုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ဟန်ဆောင်ကစားခြင်းဟုလည်း ခေါ်ပါသည်။

ထိတွေ့မှုပိုင်းဆိုင်ရာခုခံကာကွယ်မှု သည် စေးကပ်မှု တစ်ခုခုကို ထိတွေ့ခြင်း သို့မဟုတ် ပါးစပ်ထဲရှိ ပျော့ပျောင်းသော အစားအစာများကို ထိတွေ့ခြင်းကဲ့သို့သော လူအများစုအတွက် စိတ်အနှောင့်အယှက် မဖြစ်စေမည့် အထိအတွေ့တစ်ခုကို ပြင်းထန်သော အပျက်သဘော ဆောင်သော တုံ့ပြန်မှုတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အသုံးအနှုန်းသည် ထိရန်အတွက် သီးသန့် အသုံးအနှုန်းဖြစ်ပါသည်။

အော်တစ်ဇင်ရောဂါဆိုင်ရာ နှင့် ဆက်စပ်နေသော ဆက်သွယ်ပြောဆိုရေး ဆိုင်ရာ မ သန်စွမ်းသောကလေးများ (TEACCH) ၏ လေ့ကျင့်သင်ကြားရေးနှင့် ပညာရေးသည် ASD ရောဂါရှိသူများအနေဖြင့် လက်တွေ့ကျ သောအပြုအမူများ တိုးမြှင့်လာနိုင်စေရန် အတွက် အမြင်အာရုံပိုင်းဆိုင်ရာသဲလွန်စများကို ပုံ၍ ထိထိရောက်ရောက်အသုံးပြုနိုင် ပြီး နားလည်နိုင်စေသည့် ထင်မြင်ယူဆချက်အပေါ် အခြေခံထားသည့် ရောဂါကုထုံးတစ် ခုဖြစ်ပါသည်။

အထက်ပါခက်ဆစ်သည် အောက်ပါအချက်များမှနေ၍ ခက်ဆစ်၏ တည်ငြိမ်ထားသော ဗားရှင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည် - Autism Speaks အဖွဲ့အစည်းမှ ရက်ပေါင်း 100 အတွက် ကိရိယာပစ္စည်း အစုံအလင်ပါရှိသည့် ဗားရှင်း 2.0။ ကိရိယာပစ္စည်း အစုံအလင်ကို အောက်ပါလင့်ခ်တွင် သင်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည် - www.autismspeaks.org

OHSU Doernbecher ကလေးသူငယ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်
ရေးနှင့် ပြန်လည် ထူထောင်ရေးစင်တာရှိ အော်တစ်
ဇင်ရောဂါကုဆေးခန်း

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

ဖုန်း 503-494-8811

ohsu.edu/doernbecher



DOERNBECHER
CHILDREN'S
Hospital

OHSU သည် အဓိကကျသော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာအစီအစဉ်အများစုကို
လက်ခံဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။

OHSU သည် လူမျိုး၊ အသားအရောင်အရ အနှိမ်ခံရခြင်းဆိုင်ရာကျန်
လွှာရေးကျင့်စဉ်ကို ကျင့်သုံးသည့် တန်းတူညီမျှအခွင့်အရေးပေးသည့်
အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

DCH 21489387 10/20