

الفصل السابع

التوحد Autism

التوحد (الأوتيزم Autism)

مصطلح Autism مشتق من الأصل الإغريقي وتعنى نفس أما في مجال الطب النفسى فتشير إلى الانسحاب من الواقع المحيط والاستغراق في النفس. ويطلق على الطفل الذى لديه إعاقة التوحد بالطفل التوحدى Autistic child أو الطفل الذاتى أو الطفل ذو الانكفاء الذاتى أو الذاتية الطفولية.

وإعاقة التوحد أحد أنواع الإعاقات العقلية وهى ليست مرضاً، بل مجموعة من التلازمات تؤدى إلى الإعاقات الأخرى. إن إعاقة التوحد قد يصاحبها إعاقات أخرى مثل التخلف العقلى بأنواعه المختلفة أو نوع أو أكثر من إعاقات التعلم كالنشاط الحركى الزائد أو قصور على التركيز والانتباه أو الدسلكسيا أو الإفيزيا أو ضعف القدرة على التعامل مع الأرقام والرموز الرياضية وحالات الصرع أو الشلل الدماغى أو غيرها.

تعريف إعاقة التوحد

هى إعاقة تطورية متعددة تظهر فى شكل قصور فى التواصل مع الآخرين وتظهر قبل السنة الثالثة من العمر.

العوامل المسببة لإعاقة التوحد:

الأسباب الوراثية:

١- استعدادات الوراثة.

٢- خلل فى بعض كيميائيات المخ.

٣- خلل عضوى عصبى مجهول أثره على الجهاز العصبى المركزى، وهذا بدوره أدى إلى خلل الوظائف النفسية والاجتماعية.

- ٤ - القصور الذى يصيب جهاز المناعة عند الطفل نتيجة حساسية عالية لديه لبعض المواد الغذائية مثل كازين اللبن Casein - أو جلوتين القمح Gluten التى يتناولها بما يؤدى إلى مهاجمة خلايا المخ وتلفها.
 - ٥ - إصابة الأم أثناء الحمل بالحصبة الألمانية.
 - ٦ - إصابة الأب أو الأم معا بإعاقة التوحد.
 - ٧ - وجود خلل وظيفى فى تخصص النصفين الكرويين للمخ.
 - ٨ - تعرض الأم أثناء الحمل للملوثات كيميائياً بيئية مثل مركبات الرصاص أو الزئبق.
 - ٩ - انقطاع وصول الأكسجين إلى مخ الجنين أثناء الحمل أو الولادة المتعسرة أو بسبب التسمم بأول أكسيد الكربون.
 - ١٠ - تعرض الأم للإشعاع أثناء الحامل مثل أشعة X أو العلاج الإشعاعى الذرى عند الإصابة بأمراض سرطانية.
 - ١١ - إدمان الأم الحامل للكحوليات أو تعاطى المخدرات أو التدخين.
 - ١٢ - تناول الأم الحامل بعض الأدوية بدون إذن الطبيب.
- الأسباب البيئية المكتسبة:

- ١ - مجموعة من العوامل النفسية المحيطة بالطفل فى مراحل نموه المبكرة فى نطاق الأسرة منها:
 - ٢ - أسلوب تنشئة أو تعامل الطفل مع الأسرة ومنها افتقاد الطفل للحب والحنان، وفتور العلاقة بين الطفل وأمه وشعوره بالنبذ وغياب الاستثارة.
 - ٣ - زيادة نسبة التلوث فى البيئة.
 - ٤ - التعرض للمبيدات.
 - ٥ - تناول وجبات وأطعمة وحلويات بشكل أكثر من المعتاد بها ألوان صناعية ومكسبات للطعم والنكهة ومواد حافظة.

أعراض إعاقة التوحد

يلاحظ أن الطفل المصاب بالتوحد يكون طبيعياً عند الولادة وليس لديه إعاقة جسدية أو خلقية، وتبدأ المشكلة بملاحظة الأعراض التالية على هذا الطفل.

١- لا يلعب ٢- لا يضحك ٣- لا يستثار

٤- بعض هؤلاء الأطفال لا يتكلم نهائياً (حوالي ٥٠٪) بينما يردد البعض الآخر كلمات قليلة في تكرار أجوف كالبيغاء وتعرف هذه الحالة بأنها صدى الكلام Echolalia كما أن لديهم بعض العيوب في نطق الكلمات والحروف.

٥- الخوف من أشياء محايدة ليست مصدراً للمخاوف مثل الخوف من الزوار والغرباء، على الرغم من افتقاده الإحساس بالخوف من مصادر الخطر الحقيقية.

٦- لا يحاول تقليد أحد.

٧- لا يحب الاختلاط بالناس.

٨- لا يميز بين أفراد أسرته.

٩- تنتابه نوبات غضب غير معروفة.

١٠- يقاوم التغيير في الروتين اليومي.

١١- يفتقد إلى الخيال والإبداع.

١٢- يمرض في معظم الأحيان.

١٣- ترتفع درجة حرارته.

١٤- لا يوجد تواصل بصرى بينه وبين الأشخاص الآخرين.

١٥- لا يستمتع بلف بعض الأشياء وتدويرها.

١٦- يتعلق بشكل غير طبيعي بأشياء محددة.

١٧- كثير الحركة.

١٨- لديه حركات متكررة وغير طبيعية كهز الرأس أو الجسم أو زخرفة في اليدين.

١٩- أظهرت بعض الدراسات أن الأشخاص المصابين بالتوحد بين عادة ما تكون لديهم أدمغة أكبر من الجسم الطبيعي.

٢٠- بعض التوحدين عنيف عدواني في سلوكه وبعضهم عاديون كغيرهم من الأسوياء. هذا وقد لوحظ أن الأعراض السابقة غالباً ما تظهر بشكل واضح بعد ٣٠ شهراً من ولادة الطفل التوحدي.

وهذه الأعراض متعددة وتختلف من طفل لآخر، ويرجع ذلك إلى تعدد العوامل المسببة لهذه الإعاقة:

بعض احتياجات الأطفال المصابين بالتوحد

- ١- تنمية التحكم في العضلات الكبيرة والدقيقة والمهارات الحركية.
- ٢- التدريب على تناول الطعام بصورة مناسبة.
- ٣- تدريب الطفل على السلوك المناسب في المواقف المتعددة.
- ٤- السعى نحو تعديل بعض أنواع السلوك غير المرغوب فيه مثل الضرب والقفز والبصق.
- ٥- التدريب على استخدام المراض في قضاء حاجته.

الشخص التوحدي والتغذية:

يمكن استخدام أسلوب التغذية العلاجية في التخفيف من حدة هذه الإعاقة وتقليل بعض أعراضها من الضروري أن يقوم أخصائي التغذية بوضع البرنامج الغذائي المناسب لكل طفل مع إعطائه الفيتامينات اللازمة له.

ويهدف البرنامج الغذائي لأطفال التوحد إلى علاج اضطرابات الأمعاء مثل الإمساك أو الإسهال وتحسين الهضم في الأمعاء وعدم إعطاء الطفل المواد الغذائية التي تحتوي على كازين اللبن وجلوتين القمح أيضاً.

الحرص على نظافة غذاء الطفل وتقليل الوجبات السريعة والأطعمة المحتوية على المواد الملونة والحافظة والنكهات الصناعية، إضافة الفيتامينات والكالسيوم لغذاء الطفل^(١).

كيفية تقييم التغذية والوجبة الغذائية للأطفال المصابين بالتوحد

How to Assess feeding Nutrition and Bowel Of child with Autism

أوضحت بعض الدراسات أن بعض الأطفال تعاني من مشكلات سوء امتصاص الأطعمة، ونقص في المواد الغذائية التي يحتاجها الطفل نتيجة لخلل في الأمعاء وإلتهاب مزمن في الجهاز مما يؤدي إلى سوء في هضم الطعام وامتصاصه وفي عملية التمثيل الغذائي ككل.

لذلك نجد أن الأطفال المصابون بالتوحد يعانون من نقص في معدلات الفيتامينات الآتية:

أ، ب١، ب٣، ب٥، وبالمثل السيوتين، السيلينيوم، (يعمل على الحماية من الأكسدة، ونقصه يؤدي إلى أنيميا) الزنك، (يتوفر في: اللحم وعلى وجه الخصوص الكبد، والمأكولات البحرية، البيض، المكسرات، الحبوب)، الماغنسيوم (يتوفر الماغنسيوم في كل أنواع الأطعمة غير المعالجة، والمكسرات هي من أكثر الأطعمة الغنية به إلى جانب الحبوب غير المطحونة والبقوليات مثل البسلة، اللوبيا، الفاصوليا، والفلو).

بينما على الجانب الآخر يوصى بتجنب تناول الأطعمة التي تحتوي على نحاس على أن يعوضه الزنك لتنشيط الجهاز المناعي، وتوصى بعض الدراسات الأخرى بضرورة تناول كميات من الكالسيوم، ومن أكثر الفيتامينات شيوعاً في الاستخدام هو فيتامين (ب) المركب (B-complex (B) والذي يلعب دوراً كبيراً في خلق

(١) مدحت ابو النصر الإعاقة العقلية المفهوم والأنواع وبرنامج الرعاية مجموعة النيل العربية ٢٠٠٥ ص ١٧١: ١٧٦.

الإنزيمات التي يحتاجها المخ، وفي حوالى عشرين دراسة تم إجراؤها فقد ثبت أن استخدام فيتامين (ب) المركب B-complex والماغنسيوم الذى يجعل هذا الفيتامين فعالاً ويحسن من حالات التوحد والتي تتضح فى السلوك الآتى:

- الاتصال العينى .

- القدرة على الانتباه .

- تحسين فى المهارات التعليمية .

- تصرفات معتدلة إلى حد ما .

هذا بالإضافة إلى الفيتامينات الأخرى مثل فيتامين "ج" والذى يساعد على مزيد من التركيز ومعالجة الإحباط - ولضبط هذه المعدلات لابد من إجراء اختبارات الدم فقد تؤدى النسب الزائدة البعض ويكون لها تأثيراً ساماً وقد لا تكون كذلك للحالات الأخرى.

قد تعاني بعض حالات التوحد من حساسية لبعض أنواع الأطعمة بوجه عام من الممكن أن يسبب أى نوع من الأطعمة الحساسية، لكن هناك اتفاق على ستة منها تؤدى إلى ظهور أعراضها بنسبة ٩٠ ٪ أى تمثل النسبة العظمى خاصة للأطفال، وهى اللبن، البيض، الفول السودانى، القمح، الصويا، المكسرات لكنها ليست فى نفس الوقت سبباً من أسباب الإصابة بهذا المرض وتؤثر بشكل ما على السلوك، لذا فقد يساعد استبعاد بعض المواد الغذائية من النظام الغذائى على تحسين الحالة وهذا يلجأ إليه الآباء والمتخصصون، وخاصة البروتينات لأنها تحتوى على الجلوتين والكازين والتي لا تهضم بسهولة أو بشكل غير كامل، وامتصاص العصارة الهضمية بشكل زائد عن الحد يؤدى إلى خلل فى الوظائف الحيوية والعصبية بالمخ، وعدم تناول البروتينات يجنب الأطفال المصابين بالتوحد تلف الجهاز الهضمى والعصبى على ألا يتم الأمتناع عنها بشكل مفاجئ، ولكن تدريجياً مع استشارة المتخصصين.

المشكلات التي تواجه تغذية المصابين بالتوحد:

١ - صعوبات الأكل والطعام:

يعانى بعض الأطفال التوحديين مشكلة مضغ أو أكل مواد غير صالحة للأكل مثل التراب أو الحجارة والزجاج والدهان، وفي مثل هذه الحالات يجب في بداية إجراء وفحص طبي شامل للتأكد من أن الطفل لا يعانى من مشاكل صحية مثل نقص الحديد أو الزنك أو إصابته بتسمم الرصاص التي ربما كانت السبب في مثل هذا السلوك، كما يمكن الفحص الطبي للتأكد من سلامة الطفل من أية أضرار، نتيجة لتناوله مواد غير صالحة للأكل، لاسيما جهازه الهضمي، وبناء عليه تسفر عنه نتيجة الفحوص الطبية يتم وقف العلاج المناسب من قبل الطبيب المختص. وقد تؤدي ذلك إلى توقف الطفل عن تناوله المواد غير الصالحة للأكل كما يمكن الاستعانة بالعلاج السلوكي والذي يعتمد على مكافأة الطفل على أكل المواد الصالحة للأكل.

ومن المشكلات الشائعة الأخرى المتعلقة بالطعام والأكل مشكلة المزاجية المفرطة.

أما في الإصرار على تناول طعام معين أو الإصرار على أن يقدم الطعام ويرتب بنفس الطريقة على السفرة دون أدنى تغيير، ولذلك يصبح من الضرورة بمكان تغيير سلوك الطفل المرتبط بتناول الطعام لضمان قدر من المرونة.

٢ - الاضطرابات المعدية معوية:

يعانى الأطفال التوحديون من سوء امتصاص للفيتامينات، والغذاء وكذلك الإسهال والأطعمة الغير مهضومة فهي شائعة لدى التوحديين وأيضاً التوحديون يعانون من سوء الهضم للأطعمة والدليل على ذلك هو ثبوت ارتفاع ببتيدات البول urinary peptides.

كما أن ٨٥٪ بعض الأطفال التوحديين لديهم فرط في النمو الميكروبي السبحي

والبكتيري والعدوى الفيروسية وكتيجة لفرط النمو الميكروبي يعانى العديد من الأطفال التوحدين من نفاذية غير طبيعية للأمعاء أعراضها تتلخص فى الإسهال والإمساك والغازات، وقطع الأغذية الغير مهضومة التى تظهر فى البراز.

٣- ضعف المناعة:

يعانى معظم الأطفال التوحديون من ضعف الجهاز المناعى، وهذا ما تقل عن الادب الطبى والعملى العديد من الأطفال التوحدين لديهم تاريخ بتكرار الإلتهابات وخصوصا إلتهاب الأذن.

فالتحاليل المختبرية أوضحت أن خلايا تى T - cells والتى تعتبر أساسية لوظيفة المناعة هى أقل من المعدل الطبيعى، بالإضافة إلى أن الأطفال التوحدين لديهم نشاط أقل للخلايا القاتلة الطبيعية وقلة إزالة السمية فى الأطفال التوحدين، وقلة الكبرته فى ١٥ من ١٧ حالة، قلة تصريف الجلوتاثيون فى ١٤ من ١٧ حالة وقلة تصريف الجللايسيين فى ١٢ من ١٧ حالة.

الصورة الغذائية الغير طبيعية فى الأطفال التوحدين

- قلة فيتامين ب٦ البيرودوكسين فى ٤٢ ٪ من الأطفال التوحدين أيضا مجموعة التوحدين أعلى فى مصل النحاس.

قلة مستويات مشتقات Omega-6 فى نتائج تحليل ٥٠ من ٥٠ من التوحدين قلة فاعلية ب٦ (B6) فى جميع ال ١٢ فرد التوحدين لديهم مستوى أقل فى ٤ أحماض أمينية (تايروسين، ليوسين، ليسن، هيدروكسى برولين).

وبعض الدراسات أوضحت قلة امتصاص النحاس فى ١٢ من ١٢ حالة والكالسيوم فى ٨ من ١٢ حالة والكالسيوم فى ٨ من ١٢ حالة فيتامين D فى ٩ من ١٢ حالة وفيتامين E فى ٦ من ١٢ حالة وفيتامين A فى ٦ من ١٢ حالة.

الجلو تامين (Glutamine) أقل من الطبيعى فى ١٤ من ١٤ حالة والجلو تاميت.

(Glutamate) أعلى لدى ٨ من ١٤ حالة.

- زيادة نسبة النحاس إلى الزنك في الأطفال التوحديين.
- قلة امتصاص الكبريتات وقلة بلازما الكبريتات في التوحديين.
- نقص فيتامين ب ١٢ أدى إلى ارتفاع تركيز المثيل البولي.
- فعالية المعالجة بفيتامين B6 والماغنسيوم أو وضحت إيجابيتها في العديد من الدراسات وكذلك أوضحت بعض الدراسات أن:
- ٥٠٪ من الأطفال التوحديين قد تحسنوا مع الزنك (٦٪ ساءت حالتهم).
- ٤٩٪ تحسنوا مع فيتامين C.
- ٤٦٪ تحسنوا مع الماغنسيوم و٦٪ ساءت حالتهم.
- ٥٨٪ تحسنوا مع الكالسيوم.

مقترحات للحد من المشكلات الغذائية (التي تواجه الأم في تغذية ابنها التوحدي)

هناك أسباب عديدة لسرعة تهيج الطفل عند الأكل وكرهه لنوع معين منه، ومنها زيادة الحساسية للتكوين أو الطعم أو الرائحة مما يجعل الإحساس بالأكل غير مرغوب فيه، مع تلذذ الآخرين به Hyperactivity قلة الحساسية للأكل يزيل بعض الطعم المشوق للطعام Hyporactivity.

المشاكل الحركية قد تجعل المضغ والبلع عملية صعبة ومؤلمة للطفل

هذه الفروقات الفردية ومعرفتها تساعد على وضع البرنامج المثالي لغذاء الطفل أما إذا بدأ الطفل فجأة برفض نوع معين من الأكل سبق وتعود عليه فيجب البحث عن الأسباب المؤدية إلى ذلك وإذا كان الطفل ضعيف الأكل فيجب مراجعة عادات الأكل لديه ومن ثم تحليل المشكلة ومن أمثلة ذلك:

- هل هناك واجبات خفيفة وعددها.
- هل يرغب الأكل في أوقات مختلفة.

- هل يأكل في أى مكان فى المنزل.
- هل يقوم أحد بتهدئة هياجه عن طريق الأكل.
- كيفية قيامه بالأكل ونوعيته.
- ما هو الطبق المفضل لديه.

تشبيث نظام الأكل للمساعدة فى تشبيث نظام معين لأكل نقترح الآتى :

- ترتيب مواعيد الأكل مع الأخذ فى الاعتبار حاجات الطفل وإحساسه بالجوع.
- أن يكون الأكل فى مكان ثابت (طاولة الأكل).
- وضع جدول ثابت للوجبات الخفيفة وعلى طاولة الأكل.
- إذا ترك الطفل السفرة أبعد عنه طبقه.
- إذا أراد المزيد من الأكل اطلب منه أولاً الجلوس ثم ضع له الأكل.
- لا تترك طفلك يأكل أمام التلفزيون أو خلال اللعب.
- ابدأ أكله بكميات صغيرة وعند انتهائه عليه إن يطلب المزيد.
- إجعل طفلك يشارك بالكلام وقت الأكل، ولكى يعبر عما فى نفسه يمكن مناقشته عن الأكل من خلال الصور.
- يمكن استخدام الدمى واللعب للتعبير عن انفعالاته تجاه الأكل.
- اجعليه يختار ما يعجبه من الأكل، وبعد ذلك يمكن إضافة الأنواع التى ترغبين بكميات قليلة.
- إذا كان الطفل يأكل المخفوق فيمكن إضافة أنواع أخرى مثل الموز والتفاح.

النقطة الأولى البدء فى حل المشكلة خطوة خطوة Small steps:

بداية نوع جديد من الأكل يحتاج إلى التدرج وبكميات قليلة مع الأخذ فى الاعتبار مقدرة الطفل الحركية والحسية فإذا كان لديه صعوبة فى المضغ فقد يفضل المخفوق، ضع القليل من النوع الجديد بدون ملح وبهارات.

فالبداية بالقليل من البهارات والملح وزيادته تدريجياً وإذا كان لديه نقص في التفاعل order reactive ويرغب في الأكل الحاذق الحار، فيمكنه وضع كمية زائدة ثم تقليلها تدريجياً.

النقطة الثانية: وقت التدريب Training time :

في العمل على حل مشاكل الأكل يحتاج الطفل إلى المزيد من الوقت للتدريب وخلال العمل على إزالة المعوقات لا بد من التأكد من تفاعل الطفل وإحساسه بالأمان ومن خلال اللعب بالدمى، أعطيه القيادة ثم قده إلى ما شاء اجعله يظهر شعوره وأحاسيسه تجاه الأكل وأنواعه كما يمكن إدخال نوع جديد من الأكل.

النقطة الثالثة: استخدام الرمزية واللعب:

بتنظيم اللعب لتغيير سلوكيات معينة في الأكل، يمكن وضع النموذج المطلوب من الفهم إلى الرفض لأكل من الجائع إلى المتعب من المضغ تكون البداية بالقيام بعملية الطهي نفسها الأكل وأنواعه ثم يأتي دور الأكل والرغبات. بعد ذلك.

- اجعله يضع حلاً.
- اجعله يعبر عن ذلك.
- ماذا تفعل الدمية عندما يكون الطعام قوى الطعم.
- هل تقذفه.
- قد يكون الحل في اختيار نوع آخر.
- وماذا تعمل إذا رفضت الدمية نوع الأكل الجديد.
- هل يستطيع مساعدتها لتغيير رأيه.
- ساعده بالصور والكلام للتعبير والاختيار.
- ما هو البديل.