

अटिजम के हो?

अटिजम एउटा विकासशील असक्षमता हो जसले एक व्यक्तिले अरु व्यक्तिहरूसँग कसरी सम्पर्क/ कुराकानी, र र सम्बन्धित गर्छ, भन्ने कुरालाई असर गर्दछ। सामाजिक क्षीणताहरू, सम्पर्कमा कठिनाईहरू, र प्रतिबन्धित, बारम्बार, र उही प्रकृतिको व्यवहारहरू यसका विशेषताहरू हुन्। यो एउटा विस्तृत अवस्था हो त्यसैले यसले व्यक्तिलाई विभिन्न तरिकाले असर गर्न सक्छ। अटिजम भएका केही व्यक्तिहरू तुलनात्मक रूपले स्वतन्त्र जीवन बिताउन सक्छन् तर अरुहरूमा सिक्न नसक्ने क्षमताहरू का साथहुनसक्छ र जीवनभर विशेषज्ञ सहायता आवश्यक पर्नसक्छ। पुरुषहरूमा महिलाहरूभन्दा बढि एएसडी हुने अधिक सम्भावना हुन्छ।

अटिजममा देखिने केही सामान्य संकेतहरू के हुन्?

किनकि यो एउटा विस्तृत अवस्था, यसको समस्याहरूको गम्भीरता र तीव्रतामा भिन्नता हुन्छ। सामान्यतया यसमा तीन मुख्य क्षेत्रका लक्षणहरू हुन्छन्:

१. सामाजिक क्षीणताहरू:

- उनीहरू आँखा जुधाउनबाट जोगिन खोज्छन् र सामाजिक उत्तेजना, मुस्कानलाई कम ध्यान दिन्छन्।  
उनीहरू अरुलाई प्रायः कम हेर्छन्, र आफ्नै नाम बोलाउँदा पनि कम प्रतिक्रिया दिन्छन्
- उनीहरू अरूसँग अन्तरक्रिया गर्न, अन्तरक्रिया सुरुवात गर्न वा बाँड्न रुचाउँदैनन्
- कति समयमाउनीहरू सामाजिक रूपमा अनुपयुक्त हुन सक्छन्

## २. सम्पर्क गर्न कठिनाइहरु:

- उनीहरुको भाषाको विकास सामान्यतया ढिलो हुन्छ, र कोही आफुलाई व्यक्त पनि गर्न सक्दैनन्। यदि उनीहरुको बोल्न सके पनि, उनीहरुको अरुसँग सम्पर्क गर्ने प्रवृत्ति कम हुन्छ वा उनीहरुको सम्पर्कको रूप फरक हुन्छ:
- संयुक्त ध्यान वा बाँड्नेकम हुन्छ र कसैको ढिलो शब्दानुकरण(अरुले भनेको बोली दोहोर्याउने) हुन्छ
- सम्पर्क मुख्यतया अनुरोधहरु गर्नसँग सम्बन्धित हुन्छ
- कल्पनात्मक / प्रतीकात्मक खेल्ने अभाव हुन्छ; र उमेर बढेसँगै कल्पनात्मक कौशलहरु र संक्षेप सोचको बुझाई कम हुन्छ

## ३. बारम्बार वा प्रतिबन्धित व्यवहार:

- रुचि, वा गतिविधी, जस्तै खेलौना वा खेलमा पूर्वव्यस्ततामा कमी
- कर्मकाण्डी व्यवहारमा एकै खाले ढाँचाको दैनिक कृयाकलापहरु, जस्तै एकै बाटो भएर विद्यालय जानु र परिवर्तनहरुलाई प्रतिरोध गर्नु सामावेश हुन्छन्। अवरोध भएमा उत्तेजित हुने वा रिस देखाउने हुनसक्छ
- एकै खाले चाल, जस्तै हात हल्लाउनु, टाउको बटार्नु, वा जिउ हल्लाउनु
- आवाजहरु, स्पर्श, स्वादहरु, गंधहरु, प्रकाश वा रङ्गहरु प्रति कम वा बढि संवेदनशीलता महसुस गर्नसक्छन्

कसै-कसैमा भावनात्मक, व्यवहारिक र/वा सिक्रे समस्याहरु पनि हुनसक्छ जबकि कसैमा अरु कठिनाईहरु जस्तै अति सक्रियता, कम ध्यान दिने, आँफैलाई हानी पुर्याउने, निदाउन गाह्रो हुने र हिंसक व्यवहारहुनसक्छ

अटिजम के कारणले हुन्छ?

वास्तवमा अटिजमको सहि कारणअझै पनि अनुसन्धान हुँदैछ। तथापी, अनुसन्धानले सुझाव दिन्छ कि कारकहरुको एउटा संयोजन- आनुवंशिक र वातावरणीय कारणहरु दिमागको विकासमा परिवर्तनका कारणहरु हुन सक्छन्। व्यक्तिको हुर्काईबढाई, उनीहरुको सामाजिक परिस्थितिहरुका कारण भएको होईन र यो अवस्था भएका व्यक्तिको यो अवस्था हुनुमा कुनै गल्ती हुँदैन।

अटिजमको उपचार कसरी हुन्छ?

एएसडीहरुको कुनै उपचार छैन। चिकित्सा(थेरापी) र व्यवहारमा हस्तक्षेपहरु खास लक्षणहरु उपचार गर्न डिजाईन गरिएको हो र त्यसले पर्याप्त सुधार ल्याउन सक्छ। आदर्श उपचार योजनाले चिकित्साहरु र हस्तक्षेपको समन्वय गर्दछ जसले व्यक्तिको विशिष्टआवश्यकतहरु पूरा गर्दछर जिन्दगीमा धेरैभन्दा धेरै स्वतन्त्रतालाई प्रोत्साहन गर्दछ। एएसडी भएका बच्चाहरुको आमाबुवाहरु र दाजुभाई-दिदीबहिनीहरुलाई पारिवारिक परामर्श गर्नले एएसडी भएका बच्चासँग जीवनयापन गरिरहेका परिवारहरुलाई विशेष चुनौतिहरुसँग सामना गर्न अक्सर सहयोग गर्दछ ।

औषधीहरु: डाक्टरले विशिष्ट अटिजम-सम्बन्धी लक्षणहरुको उपचारको लागि औषधीहरु दिन सक्छन्, जस्तै चिन्ता, डिप्रेसन, वा अब्सेसिभ कम्पल्सिभ डिसअर्डर। गम्भीरव्यवहारिक समस्याहरुको उपचारको लागि एन्टिसाइकोटिक औषधीहरु प्रयोग गरिन्छ। सिजर(छारे रोगजस्तो जिउ कान्ने अवस्था)हरु एक वा धेरै एन्टिकन्भल्सेन्ट औषधीहरुले उपचार गर्न सकिन्छ। ध्यान दिन नसक्ने गडबडी भएका व्यक्तिहरुको उपचारमा प्रयोग हुने औषधीको प्रयोगले आवेगशिलता र अधिक सकृयता प्रभावकारी तरिकाले कम गर्न मद्दत गर्दछ।

धेरै बच्चाहरुको लागि, उपचार र उमेर बढेसँगै लक्षणहरु सुधार हुन्छन्। युवावस्थामा, एएसडी भएका बच्चाहरु उदास हुने वा व्यवहारिक समस्याहरु अनुभव गर्नसक्छन्, तिनीहरु वयस्कमा परिवर्तन हुने समयमा उनीहरुको उपचारमा केही परिमार्जन आवश्यक हुनसक्छ। एएसडी भएका व्यक्तिहरुलाई उमेर बढेसँगै सेवाहरु र सहयोगहरु चाहिरहन सक्छ, तर धेरै सफलतापूर्वक काम गर्न र स्वतन्त्र रूपमा वा सहयोगी वातावरण भित्र रहन सक्षम हुन्छन्।