

ชื่อเรื่อง ปรับพฤติกรรมออทิสติก เพิ่มทักษะที่จำเป็นต่อการใช้ชีวิตของลูกน้อย



1. ทำความรู้จักกับออทิสติกสเปกตรัม

ออทิสติกสเปกตรัม (Autism Spectrum Disorder, ASD) คือโรคที่มีความบกพร่องของทักษะทางสังคมและการสื่อสาร ร่วมกับความผิดปกติทางพฤติกรรม โดยเด็กจะมีการทำพฤติกรรมบางอย่างซ้ำ ๆ มีความสนใจเฉพาะบางเรื่อง ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง รวมถึงอาจมีความไวต่อประสาทสัมผัสมากกว่าปกติอีกด้วย ที่มาของคำว่า ‘Spectrum’ มาจากความแตกต่างของอาการหลากหลายรูปแบบ ซึ่งเด็กแต่ละคนจะมีอาการและความรุนแรงที่แตกต่างกัน ความรุนแรงของอาการจะมีตั้งแต่ระดับเล็กน้อยไปจนถึงระดับรุนแรง ทั้งนี้ เด็กออทิสติกบางคนมีพัฒนาการทางภาษาและการสื่อสารล่าช้าตั้งแต่ 1 ขวบแรก และในบางกลุ่มอาจยังไม่พบความผิดปกติที่ชัดเจน แต่พบภาวะถดถอยในด้านพัฒนาการเมื่ออายุได้ประมาณ 1 ขวบถึง 2 ขวบ ซึ่งในกลุ่มนี้นอกจากภาวะออทิสติกที่ต้องรักษาร่วมกับการปรับพฤติกรรมออทิสติกแล้ว อาจจะต้องตรวจประเมินเพิ่มเติม เพื่อหาสาเหตุเกี่ยวกับโรคทางระบบประสาทร่วมด้วย หากคุณพ่อคุณแม่สงสัยว่าลูกกำลังมีภาวะออทิสติก ควรเข้ามาพบแพทย์เพื่อประเมินอาการ และวางแผนการรักษาให้เหมาะสมต่อไป

1.1 ออทิสติกแท้และออทิสติกเทียมต่างกันอย่างไร

ออทิสติกสเปกตรัมเป็นอาการที่เกิดขึ้นจากการทำงานที่ผิดปกติของสมอง ส่งผลให้เด็ก ๆ มีพัฒนาการที่ผิดปกติ และสามารถรักษาให้อาการน้อยลงได้ แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของโรคของแต่ละคน แต่สำหรับออทิสติกเทียมมักมีสาเหตุเกิดจากการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม และขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น เช่น การที่ผู้เลี้ยงดูไม่เล่นกับเด็กอย่างเหมาะสม ปล่อยให้เด็กอยู่คนเดียววน ๆ ๆ หรือ ใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่อเนื่องเป็นเวลานาน ทำให้เด็กค่อย ๆ มีอาการที่คล้ายคลึงกับออทิสติกได้ เช่น เรียกไม่หัน ไม่สบตา พูดน้อยลง มีโลกส่วนตัวสูง ฯลฯ ซึ่งภาวะออทิสติกเทียมไม่ได้เกิดจากความผิดปกติแต่กำเนิดเช่นเดียวกับออทิสติกสเปกตรัม สามารถรักษาให้หายเป็นปกติได้ หากได้รับการรักษาที่เหมาะสม ร่วมกับเด็กได้รับเลี้ยงดูอย่างใกล้ชิด

2. การตรวจวินิจฉัยออทิสติกสเปกตรัม

แพทย์จะทำการตรวจประเมินพัฒนาการ และพฤติกรรม ผ่านการสอบถามข้อมูลจากผู้ปกครอง ทั้งในด้านพัฒนาการที่ผ่านมา การเลี้ยงดู ร่วมกับตรวจประเมินพัฒนาการและพฤติกรรมผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กับเด็ก ทำการวินิจฉัยและวางแผนการรักษาร่วมกับผู้ปกครอง ในกรณีที่เด็กมีพัฒนาการถดถอยในด้านพัฒนาการและสังคม ,สงสัย มีภาวะลมชัก หรือมีความบกพร่องทางระบบประสาทร่วมด้วย แพทย์จะปรึกษาให้กุมารแพทย์ระบบประสาทดูแลร่วมกัน เพื่อหาสาเหตุที่อาจเกี่ยวข้องกับโรคทางระบบประสาทเพิ่มเติม

3. ทำไมต้องมีการปรับพฤติกรรมเด็กออทิสติก

การปรับพฤติกรรมออทิสติกเป็นวิธีที่ช่วยให้เด็กสามารถเข้าสังคมและใช้ชีวิตได้ใกล้เคียงปกติมากที่สุด เนื่องจากเด็กออทิสติกจะมีปัญหาด้านการสื่อสาร พฤติกรรม และการเข้าสังคม กรณีที่เด็กไม่ได้รับการรักษา และปรับพฤติกรรมอย่างเหมาะสม อาจส่งผลให้เด็กไม่สามารถเรียนรู้และเข้าสังคม ได้ตามวัย ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ หรือใช้ชีวิตได้ตามลำพังในอนาคต

4. ออทิสติกสเปกตรัมรักษาอย่างไรได้บ้าง

ออทิสติกสเปกตรัม เป็นโรคที่สามารถรักษาเพื่อให้อาการดีขึ้นได้ โดยจะเน้นไปที่การปรับพฤติกรรม และเพิ่มทักษะด้านต่าง ๆ ที่บกพร่องไป

4.1. การเพิ่มทักษะสำหรับเด็กออทิสติก

- การฝึกพูด
- การฝึกกระตุ้นพัฒนาการ
- การฝึกกิจกรรมบำบัด เช่น อ่าน การการฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อมือ การเขียน การเคลื่อนไหวร่างกาย
- การฝึกปรับประสาทสัมผัส เนื่องจากเด็กออทิสติกมักมีประสาทสัมผัสที่ไวหรือช้ากว่าปกติ
- การฝึกทักษะทางสังคม เช่น การสื่อสาร การเข้ากลุ่ม การเล่นกับเพื่อน การแบ่งปัน การรอคอย
- Therapeutic day dare เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับการเข้าสังคม/ เข้าโรงเรียน โดยเป็นการฝึกทั้งในด้านการช่วยเหลือตนเอง การเข้าสังคม และพัฒนาการรอบด้าน
- ในวัยเรียนก็ต้องประสานงานกับทางโรงเรียนในการดูแลเด็กกลุ่มออทิสติก โดยการจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสม และดูแลด้านการเข้าสังคมกับเพื่อน

4.2. การปรับพฤติกรรมเด็กออทิสติก

เพื่อให้เด็กออทิสติกสามารถใช้ชีวิตในสังคมได้เป็นปกติมากขึ้น มี เทคนิคที่ใช้ในการปรับพฤติกรรม มีหลายแบบ แพทย์ ร่วมกับทีม นักจิตวิทยาและนักแก้ไขการพูด จะทำการประเมิน ทำการฝึกและให้คำแนะนำให้เหมาะสมเป็นรายๆไป เทคนิคที่ได้รับความนิยมมาก ได้แก่ เทคนิค ABA (Applied Behavioral Analysis) และเทคนิค DIR (Developmental Individual Difference, Relationship-based) หรือ Floor time เป็นต้น

4.3 การใช้ยารักษา

มีการใช้กลุ่มยารักษา เพื่อช่วยลดการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กออทิสติก เช่น กลุ่มยาที่ช่วยรักษาอาการอารมณ์แปรปรวน อยู่ไม่นิ่ง สมาธิสั้น ยึดติด หรือพฤติกรรมการทำร้ายตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

5. คำถามที่พบบ่อยเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรมออทิสติก

5.1. การรักษาปรับพฤติกรรมออทิสติก ควรจะเริ่มตั้งแต่อายุเท่าไร

ปกติแล้วเด็กควรจะได้รับ การประเมินพัฒนาการอย่างละเอียดในช่วงอายุ 9 เดือน 18 เดือน และ 24-36 เดือน หากการตรวจพัฒนาการแล้วพบว่า เด็กมีพัฒนาการที่ล่าช้า หรือพบความเสี่ยงที่จะมีพัฒนาการผิดปกติ ก็ สามารถเข้ารับการ รักษาได้ทันที ยิ่งรับการ รักษาเร็ว เด็กก็ยังมีโอกาสที่จะมีพัฒนาการใกล้เคียงกับเด็กทั่วไป ได้มากยิ่งขึ้น

5.2. เด็กกลุ่มไหนที่มีโอกาสเป็นออทิสติกและต้องเข้ารับการปรับพฤติกรรมออทิสติก

โดยอาการที่บ่งบอกว่า มีความเสี่ยง ที่จะ เป็น กลุ่ม ออทิสติกสเปกตรัมมีดังนี้

- เด็กอายุครบ 12 เดือนแล้ว แต่ยังคงไม่เล่นเสียง ไม่มีการออกเสียงธรรมชาติ ไม่มองหน้าสบตา เรียก ไม่หัน ไม่ชี้บอกความต้องการ
- เด็กอายุครบ 18 เดือนแล้ว แต่ยังไม่พูด หรือไม่พูดคำที่มีความหมายออกมาเลยสักคำเดียว ไม่พยายามที่จะสื่อสาร รวมถึงไม่ทำตามคำสั่ง
- ไม่มีการเล่นเลียนแบบ หรือเล่นบทบาทสมมติ
- ไม่สนใจเล่นกับคนอื่น ชอบเล่นคนเดียว
- สนใจเล่นของเล่นซ้ำ ๆ เช่น ชอบของหมุน ๆ ชอบเรียงของ ชอบมองไฟ และความชอบเหล่านี้สำหรับเด็กออทิสติกสามารถเปลี่ยนแปลงได้ยาก จะมีการปฏิบัติพฤติกรรมซ้ำ ๆ แบบนี้เสมอ
- มีการพูดและการเข้าสังคมที่ถดถอยลงไปจากเดิม เช่น มีพัฒนาการตามปกติจนกระทั่งอายุ 1 ขวบ แต่เมื่ออายุ 2 ขวบกลับหยุดพัฒนา และมีพัฒนาการ พฤติกรรมถดถอยลงกลับไปเป็นเด็กเล็ก

ทั้งนี้หากมีคนในครอบครัวไม่ว่าจะเป็น พ่อแม่ ญาติ หรือพี่คนโตเป็นโรคออทิสติก เด็กก็มีโอกาสเสี่ยงที่จะเป็นออทิสติกมากขึ้น จากความผิดปกติทางพันธุกรรม

5.3 อาการที่บ่งบอกว่าการปรับพฤติกรรมออทิสติกจะดีขึ้นได้หรือไม่ ใช้เวลาเท่าไร

โดยทั่วไปภายหลังจากได้รับการรักษาที่เหมาะสม เด็กจะมีพัฒนาการที่ดีขึ้น แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของโรค ซึ่งแตกต่างกันในแต่ละคน ระยะเวลาในการฝึก และความก้าวหน้าในการฝึก ก็ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของโรคเช่นกัน แต่ทั้งนี้ หากตรวจพบความบกพร่องและได้รับการรักษาที่อายุน้อย ก็จะมีโอกาสที่จะพัฒนา ได้มากขึ้น

6. ปรับพฤติกรรมออทิสติก เริ่มได้ตั้งแต่เล็กที่ศูนย์สร้างเสริมพัฒนาการและพฤติกรรมเด็ก โรงพยาบาลเด็กสมิติเวช

โรคออทิสติกสเปกตรัม สามารถรักษาให้อาการดีขึ้นได้ การฝึกกระตุ้นพัฒนาการ ปรับพฤติกรรม จะช่วยให้คนไข้สามารถเรียนรู้ และ ใช้ชีวิตประจำวันได้ใกล้เคียงกับปกติมากขึ้น ลดการพึ่งพาคนรอบข้างลง ช่วยเหลือ

ตัวเองได้มากขึ้น ที่ศูนย์สร้างเสริมพัฒนาการและพฤติกรรมเด็ก และศูนย์จิตเวชเด็กและวัยรุ่น โรงพยาบาลเด็ก
สมิติเวช มีทีมกุมารแพทย์เฉพาะทาง ด้านพัฒนาการและพฤติกรรม จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น พยาบาลจิตเวช
นักแก้ไขการพูด นักจิตวิทยาพัฒนาการ นักจิตวิทยาคลินิก เพื่อให้การดูแลรักษาเด็กที่ต้องการความช่วยเหลือ
เป็นพิเศษ เช่น เด็กออทิสติก เด็กพัฒนาการล่าช้า กลุ่มอาการที่เกิดจากความบกพร่องทางพันธุกรรม เช่น
ดาวน์ซินโดรม และอื่นๆ เด็กที่มีปัญหาด้านด้านอารมณ์และการเรียนรู้ เพื่อให้เด็กมีพัฒนาการที่ดีขึ้น เติบโต
สมวัยทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

ที่มา : บทความสุขภาพ โรงพยาบาลสมิติเวช

ผู้เขียน : พญ. คณางค์ จันทระภักดี

วันที่เผยแพร่ : วันที่ 17 ธันวาคม พ.ศ.2567

คำถามที่ 1 แบบเลือกตอบ

คำถาม จากบทความข้างต้นข้อใดไม่ใช่การเพิ่มทักษะสำหรับเด็กออทิสติก

1. การฝึกปรับประสาทสัมผัส
2. การฝึกกระตุ้นพัฒนาการ
3. การฝึกพูด
4. การฝึกให้อยู่คนเดียว

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 4. การฝึกให้อยู่คนเดียว

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.1/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ 2 แบบเลือกตอบเชิงซ้อน (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากข้อความ เรื่อง “การฝึกทักษะทางสังคม” ให้นักเรียนพิจารณาว่าข้อมูลที่กำหนดต่อไปเป็นจริงหรือไม่โดยให้วงกลมล้อมรอบคำว่า “จริง” หรือ “ไม่จริง”

ข้อมูลที่กำหนด	จริง	ไม่จริง
1. การสื่อสาร	จริง	ไม่จริง
2. การฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อ	จริง	ไม่จริง
3. การแบ่งปัน	จริง	ไม่จริง
4. การเขียน	จริง	ไม่จริง
5. การรอคอย	จริง	ไม่จริง

เฉลย/แนวคำตอบ

ข้อมูลที่กำหนด	จริง	ไม่จริง
1. การสื่อสาร	จริง	ไม่จริง
2. การฝึกทักษะการใช้กล้ามเนื้อ	จริง	ไม่จริง
3. การแบ่งปัน	จริง	ไม่จริง
4. การเขียน	จริง	ไม่จริง
5. การรอคอย	จริง	ไม่จริง

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: แบบเลือกตอบเชิงซ้อน

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.1/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

คำถามที่ 3 แบบเติมคำตอบแบบปิด (อย่างน้อย 1 คำถาม)

คำถาม จากข้อมูล ให้นักเรียนเขียนแนวทางอาการที่บ่งบอกว่า มีความเสี่ยง ที่จะเป็น กลุ่ม ออทิสติกสเปกตรัม มา 3 ข้อ

คำตอบ.....
.....

เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :

- เด็กอายุครบ 12 เดือนแล้ว แต่ยังไม่เล่นเสียง ไม่มีการออกเสียงธรรมชาติ ไม่มองหน้าสบตา เรียกไม่หัน ไม่ชี้บอกความต้องการ
- เด็กอายุครบ 18 เดือนแล้ว แต่ยังไม่พูด หรือไม่พูดคำที่มีความหมายออกมาเลยสักคำเดียว ไม่พยายามที่จะสื่อสาร รวมถึงไม่ทำตามคำสั่ง
- ไม่มีการเล่นเลียนแบบ หรือเล่นบทบาทสมมติ
- ไม่สนใจเล่นกับคนอื่น ชอบเล่นคนเดียว
- สนใจเล่นของเล่นซ้ำ ๆ เช่น ชอบของหมุน ๆ ชอบเรียงของ ชอบมองไฟ และความชอบเหล่านี้สำหรับเด็กออทิสติกสามารถเปลี่ยนแปลงได้ยาก จะมีการปฏิบัติพฤติกรรมซ้ำ ๆ แบบนี้เสมอ
- มีการพูดและการเข้าสังคมที่ถดถอยลงไปจากเดิม เช่น มีพัฒนาการตามปกติจนกระทั่งอายุ 1 ขวบ แต่เมื่ออายุ 2 ขวบกลับหยุดพัฒนา และมีพัฒนาการ พฤติกรรมถดถอยลงกลับไปเป็นเด็กเล็ก

กระบวนการอ่าน: การบูรณาการและตีความ

สถานการณ์: บริบทการอ่านเพื่อการศึกษา

แหล่งที่มา: เนื้อเรื่องเดียว

รูปแบบของเนื้อเรื่อง: แบบต่อเนื่อง

ประเภทของเนื้อเรื่อง: บอกเล่าอธิบายเหตุผล

ลักษณะข้อสอบ: เติมคำตอบ

ความสอดคล้องตัวชี้วัด: ท 1.1, ป.1/5 สรุปความรู้และข้อคิดจากเรื่องที่อ่านเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน