

Autyzm coraz częstszy

Sławomir Zagórski



Autyzm występuje dość często i - co istotne - coraz częściej. W Polsce brak jest badań epidemiologicznych. Specjaliści szacują jednak, że na autyzm cierpi u nas ponad 30 tys. osób. Choroba cztery-pięć razy częściej atakuje chłopców



Autyzm to skomplikowane zaburzenie układu nerwowego. Terminu tego używa się również w znaczeniu potocznym, mówiąc o kimś, że zachowuje się autystycznie, tzn. odwraca od świata zewnętrznego i pogrąża się we własnym, niewiele się odzywa, stanowiąc dla otoczenia zagadkę. Słowo autyzm pochodzi od greckiego "autos" oznaczającego "własne ja".

Dziś wiemy, że autyzm to zaburzenie rozwoju mózgu i na ogół manifestuje się w trzech sferach:

- upośledzeniu interakcji społecznych;
- trudnościach w komunikacji z innymi;
- znacznie ograniczonej liczbie zainteresowań i podejmowanych aktywności. Wymienione objawy pojawiają w pierwszych dwóch-trzech latach życia.

Jednocześnie wiadomo też, że autyzm jest zaburzeniem bardzo indywidualnym. Choć wiele zachowań i trudności się powtarza, praktycznie każdy przechodzi przez nie nieco inaczej. Chory na autyzm może np. mieć głęboką niepełnosprawność intelektualną lub całkiem dobrze rozwinięty intelekt. Dziś specjaliści mówią raczej o całym spektrum zaburzeń autystycznych - od postaci bardzo ciężkich do stosunkowo lekkich, do których należy np. tzw. zespół Aspergera.

I geny, i środowisko

Autyzm występuje dość często i - co istotne - coraz częściej. Szacuje się, że np. w [USA](#) zaburzenia autystyczne 20 lat temu dotyczyły jedno na 2 tys. dzieci, w 1995 było to już co pięćsetne dziecko, a dziś jedno na sto kilkadziesiąt. Wiadomo też, że częstość zachorowań jest różna w różnych krajach i np. w Japonii jest ona aż sześciokrotnie wyższa niż w

Niemczech. W Polsce brak jest badań epidemiologicznych. Specjaliści szacują jednak, że na autyzm cierpi u nas ponad 30 tys. osób. Choroba cztery-pięć razy częściej atakuje chłopców.

Skąd tak duży wzrost zachorowań? Prawdopodobnie z jednej strony "winny" jest prawdziwy "wysyp diagnoz", z drugiej być może przyczynia się do tego coraz starszy wiek rodziców (jeśli matka skończyła 35 lat, a ojciec 40, ryzyko choroby wzrasta dwukrotnie), a także wzrastająca liczba ratowanych wcześniaków (są dane, że znaczne wcześniactwo wyraźnie zwiększa ryzyko rozwoju autyzmu).

Autyzm zależy zarówno od genów, jak i środowiska. Wpływ tych pierwszych jest bardzo istotny - świadczy o tym fakt, iż zaburzenie występuje u obydwu bliźniąt jednojajowych w 60-96 proc. Z pewnością nie jest to jednak uszkodzenie jednego, lecz wielu genów położonych na różnych chromosomach i wywołujących różne nieprawidłowości w pracy neuronów.

Jeśli chodzi o czynniki środowiskowe, niektórzy badacze wskazują tu na wpływ pewnych pestycydów, inni na infekcje w ciąży (np. różyczkę), a także na leki (m.in. przeciwpadaczkowe).

Dawniej za najważniejszą przyczynę autyzmu uważano niewłaściwe, tj. bardzo restrykcyjne wychowanie, a także zaburzone kontakty z zimną, nieczułą matką. Dziś te poglądy odeszły do lamusa.

Medycyna nadal nie dysponuje obiektywnym badaniem, za pomocą którego można w 100 proc. zdiagnozować czy wykluczyć autyzm.

Co robisz? Popcorn

Dziecko z autyzmem przed skończeniem trzech lat ma kłopoty w co najmniej jednym z następujących obszarów:

- mowa;
- relacje z innymi osobami;
- zabawa.

Rodzicom najłatwiej zauważyć kłopoty z mową. O ile inne dzieci radośnie gaworzą, a potem wyraźnie reagują na słowa, zaczynają ich używać, mówiąc np. głośne "bach", gdy się wywróć, o tyle dzieci z autyzmem nie mówią w ogóle lub z opóźnieniem, używają często słów bez zrozumienia, powtarzając je bez końca. Mowa nie służy tu bowiem porozumieniu.

Dzieci inaczej też patrzą na otoczenie. Zdrowy maluch patrzy w oczy mamy czy taty, a dziecko z autyzmem zwraca przede wszystkim uwagę na ruchome elementy twarzy. Dzieci te pozostają stale z boku. Nie dążą do robienia czegoś razem, do zwrócenia na siebie uwagi, do wspólnej zabawy. Nie bawią się też w przedstawiciele różnych zawodów - policjantów, motorniczych, pielęgniarki. Ich zabawa często polega na ustawianiu zabawek w długie szeregi, porządkowaniu ich w ściśle określony, schematyczny sposób.

Dzieci nie pokazują palcem, że czegoś chcą. Często prezentują stereotypowe, powtarzające się zachowania, mają swoje rytuały.

"To, co widzą osoby z zewnątrz, to zachowania autostymulujące, którym my dotknięci autyzmem tak często się oddajemy" - pisze w książce "Materia autyzmu. Łączenie wątków w spójną teorię" Judith Bluestone. "To problemy, które próbują złagodzić lub wyleczyć profesjonalnie terapeuci, psychologowie i neurologowie. Kołysanie się. Uderzanie głową. Podskakiwanie. Chodzenie na palcach. Machanie rękami. Owijanie sznurków wokół palców. Wąchanie przedmiotów lub ludzi. Rozdrapywanie krost i strupków. Różnego rodzaju samookaleczenia. Wszystkie one powtarzają się bez końca".

I dalej: „Jednym z moich ulubionych autostymulujących zachowań było obracanie pedałów roweru odwróconego do góry nogami i oglądanie kół obracających się bez przerwy. »Co robisz? « - pytała moja siostra. »Popcorn « - odpowiadałam tak wyraźnie, jak tylko umiałam”.

My nie uczymy się przez naśladowanie

Judith Bluestone sama cierpi na autyzm, jak widać nie przeszkodziło jej to jednak nie tylko pisać książki, ale zostać także terapeutką rozumiejącą jak mało kto swoich pacjentów.

Judith pisze m.in. o kłopotach komunikacyjnych osób z autyzmem, podkreślając, że dla wielu zbawieniem okazał się internet. "Zanim nastąpiła zbawienna era internetu, niektóre osoby polegały w większej mierze na rozmowach telefonicznych. Rozmowa przez telefon nie wymaga kontaktu wzrokowego, a kołysanie się, obracanie czegoś w palcach nie jest widoczne dla rozmówcy po drugiej stronie linii".

Judith zwraca też uwagę na najróżniejsze problemy osób zmagających się z autyzmem - nadwrażliwość na zapachy, problemy z jedzeniem, alergie, liczne przewrażliwienia, napięcie mięśniowe, problemy z poczuciem bezpieczeństwa.

Oddajmy jej jeszcze raz głos. "Dziś większość logopedów jest przeszkolona w kwestii stymulacji ruchowej sfery oralnej tak, by nauczyć dziecko przeżuwania i połykania jedzenia zamiast połykania bez jedzenia czy po prostu plucia nim. Dziś terapeuci pokazaliby mojej mamie, w jaki sposób uczyć mnie żucia, przesuwania kęsów i ich przelykania, zamiast ciągle wkładać mi te kęsy do ust, bym jadła jak krowa przeżuwająca paszę".

I dalej: "Pole interakcji społecznych stwarza wiele problemów dla osób z autyzmem, gdyż my nie uczymy się przez naśladowanie. Dla nas wyzwaniem jest utrzymanie uwagi na zdarzeniu, które ktoś inny uważa za ważne do wykonania w danym momencie. Nadmiernie koncentrujemy się na wybranym aspekcie, który nie interesuje nikogo innego. Ustanawiamy swoje zwyczaje i rytuały i gubimy się, gdy wzorzec zostaje zaburzony".

Za późna diagnoza

Z autyzmu nie można się wyleczyć, natomiast im wcześniej rozpocznie się terapię, im jest ona bardziej wszechstronna, kompleksowa, tym jej efekty mogą być lepsze.

Tymczasem specjaliści podkreślają, że w Polsce autyzm wykrywa się stosunkowo późno.

Prof. Ewa Pisula, psycholog z Uniwersytetu Warszawskiego, twierdzi, że rodzice zauważają niepokojące sygnały u swoich dzieci na ogół pomiędzy 15. a 22. miesiącem życia, a do specjalistów zwracają się zwykle jeszcze pięć miesięcy później. Co gorsza, często pada wtedy odpowiedź, że wszystko się wyrówna i żeby obserwować dalej. - Podczas pierwszej wizyty u specjalisty autyzm zostaje rozpoznany u zaledwie 10 proc. dzieci i zwykle do jego rozpoznania upływają jeszcze dwa lata - twierdzi prof. Pisula. W efekcie przeciętny wiek dziecka w chwili diagnozy wynosi cztery-sześć lat. - To bardzo późno - alarmują terapeuci, zwracając uwagę, że pewne niekorzystne zachowania zdążą się już w tym wieku utrwalić i potem ich "odkręcenie" jest znacznie trudniejsze niż na początku, a często wręcz niemożliwe. Dziecko traci bezpowrotnie czas, kiedy jego mózg jest najbardziej plastyczny, nie dogania rówieśników, przeciwnie, rozdźwięk pomiędzy nim a zdrowymi dziećmi powiększa się.

Psychologowie próbują zwracać uwagę rodzicom na najwcześniejsze sygnały choroby.

Są to m.in. przed ukończeniem pierwszego roku życia:

- brak naśladowania prostych gestów;
- brak uśmiechu na widok mamy czy taty;
- brak kontaktu wzrokowego;

w 10.-12. miesiącu:

- brak wskazywania;

w 8.-10. miesiącu:

brak reakcji na własne imię.

Jak to leczyć

Autyzmu nie da się wyleczyć, podając leki, choć w niektórych przypadkach lekarze stosują środki uspokajające, stabilizujące nastrój czy przeciwdepresyjne. Nie ma jednak dziś żadnych środków przeznaczonych wyłącznie do leczenia autyzmu.

Są natomiast najróżniejsze metody terapii, które specjaliści dzielą na tzw. metody podstawowe i uzupełniające. W ramach metod podstawowych stosuje się podejście behawioralne (chodzi tu o nauczenie właściwych zachowań, a wyeliminowanie przynajmniej niektórych niepożądanych, np. rozmywania jedzenia po policzkach), podejście rozwojowe (zwracające szczególną uwagę na dopasowanie zadań do aktualnych możliwości rozwojowych dziecka) i wreszcie podejście społeczne kładące nacisk na nawiązanie kontaktu z otoczeniem.

Do metod uzupełniających należą z kolei np. zajęcia z logopedą, hydroterapia, a także różne formy zajęć ze [zwierzętami](#), tj. z końmi, psami, a nawet delfinami.

- Ważne, by koncentrować się na zasadniczych formach terapii, a nie np. tych z końmi - sugerują terapeuci. Podkreślają także, że bardzo istotna jest intensywność zajęć. Zdaniem psychologa Michała Waligórskiego z Centrum Terapii Autyzmu "Sotis" terapia powinna być dopasowana do indywidualnych potrzeb dziecka, prowadzona przez zespół specjalistów i nie powinna trwać krócej niż 10-30 godzin tygodniowo. A to kosztuje. Jeszcze 20 lat temu w Polsce dzieci z autyzmem nie mogły liczyć na pomoc państwa. Dziś, jeśli znajdują się w odpowiednim przedszkolu, rodzice dopłacają tylko część pieniędzy do kosztów terapii. Polska jednak nadal czeka na rozwiązania systemowe tego problemu, leczenie w niektórych ośrodkach jest wciąż bardzo drogie.

- Ważne, żeby rodzice mogli dowiedzieć się jak najwcześniej o problemie swoich dzieci - przekonuje Michał Waligórski.

Jak radzą sobie w życiu osoby z autyzmem? Bardzo różne. Bywają tacy jak Judith Bluestone, którzy zostają terapeutami. W Holandii osoby z zespołem Aspergera często zatrudnia się na etatach informatyków (nie muszą zbyt wiele rozmawiać z ludźmi, są świetnymi, efektywnymi pracownikami). Są jednak i tacy, którzy nie mogą prowadzić samodzielnego życia, część z nich skazana jest na pobyt w zakładach opiekuńczych. Odpowiednie wsparcie zasadniczo jednak zmienia ich życiowe szanse. Wcześniej rozpoczynając terapię, jesteśmy w stanie naprawdę wiele zrobić - przekonują terapeuci.