



Spolufinancováno
Evropskou unií

Iceland
Liechtenstein
Norway grants

VFN PRAHA

BỆNH VIỆN ĐA KHOA ĐẠI HỌC Y TẠI PRAHA
KHOA TÂM THẦN
KE KARLOVU 11, 128 08 PRAHA 2

RỐI LOẠN PHỔ TỰ KỶ Ở TRẺ EM VÀ THANH THIẾU NIÊN

SỔ TAY DÀNH CHO CHA MẸ VÀ NGƯỜI CHĂM SÓC

Překlad tohoto materiálu byl vypracován pro potřebné rodiče a jejich děti z českého originálu do vietnamštiny a je volně dostupný jako veřejný leták.

Materiál byl připraven v rámci realizace projektu „Nová forma podpory vietnamských rodičů s dětmi“, reg. č. CZ.03.02.02/00/22_017/0001409 v rámci Operačního programu Zaměstnanost plus (OPZ+), který je spolufinancován Evropskou unií prostřednictvím Evropského sociálního fondu plus.

Projekt realizuje organizace **South East Asia – liaison, z.s. (www.sea-l.cz)**.

Do vietnamštiny přeložil NGUYEN Kinh.

Vždy je nejprve uvedena stránka s českým originálem a následuje překlad do vietnamštiny.

Việc thực hiện bản dịch tiếng Việt từ bản gốc tiếng Séc của cuốn sổ tay này xuất phát từ nhu cầu của các bậc cha mẹ và con của họ. Nó đóng vai trò như một tờ rơi cho công chúng cùng tự do tiếp cận.

Bản dịch của cuốn sổ tay được hình thành trong khuôn khổ dự án “Hình thức hỗ trợ mới dành cho cha mẹ và trẻ em Việt Nam”, số đăng ký CZ.03.02.02/00/22_017/0001409 trong khuôn khổ chương trình điều hành Việc làm plus (OPZ+) được Liên Minh Châu Âu cùng tài trợ thông qua Quỹ Xã hội Châu Âu.

Dự án do tổ chức **South East Asia – liaison, z.s. (www.sea-l.cz)** thực hiện.

Người dịch: Nguyễn Kinh

Quy tắc trình bày của cuốn sổ tay luôn tuân theo hình thức một trang bản dịch tiếng Việt nối tiếp một trang bản gốc tiếng Séc.





Spolufinancováno
Evropskou unií

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PSYCHIATRICKÁ KLINIKA
KE KARLOVU 11, 128 08 PRAHA 2

PORUCHY AUTISTICKÉHO SPEKTRA

U DĚTÍ
A DOSPÍVAJÍCÍCH

PRO RODIČE A PEČUJÍCÍ





Termín **autismus** zahrnuje celou škálu poruch a syndromů, které jsou souhrnně nazývány termínem **poruchy autistického spektra (PAS)**. Vyskytuje se až u 1,5 - 2 % dětí.

HLAVNÍMI ZNAKY JSOU NARUŠENÍ V OBLASTI:

• sociální interakce

- vyhýbání se očnímu kontaktu
- obtížné porozumění gestům a výrazům obličeje
- preferování samoty
- nízká iniciativa

• verbální i neverbální komunikace

- opakování slov i vět
- pro dítě je obtížné se slovně nebo mimoslovně vyjádřit (například gesty nebo mimikou)
- monotónní řeč bez intonace
- nedostatky v napodobování

• představitosti (stereotypní okruh zájmů)

- stereotypní pohyby (tleskání, grimasy, apod.)
- potřeba rituálů
- zájem o detaily hraček, netypické zacházení s hračkami
- stereotypní zájmy a sbírání věcí (např. sbírky letádků, jízdních řádů aj.)
- neschopnost přijmout změnu (např. výměnu oblečení, jinou cestu do školy apod.)

JAK SE U DÍTĚTE PORUCHA NEJČASTĚJI PROJEVUJE?

- málo interaguje a komunikuje s ostatními
- méně udržuje oční kontakt
- málo spolupracuje
- málo reaguje na pokyny
- je obtížné získat a/či udržet jeho pozornost
- chybí živá mimika a gestika
- nedokáže se zařadit mezi ostatní děti
- často si hraje o samotě
- s hračkami si hraje odlišným způsobem a zaměřuje se na detaily
- fixuje se na určité hračky nebo předměty
- je pohlcené svými zájmy
- má zvláštní pohyby (třepe rukama, poskakuje, chodí po špičkách)
- působí dojmem jako by žilo ve vlastním světě
- přehnaně reaguje na některé zvuky
- obtížně se přizpůsobuje změnám





Thuật ngữ **tự kỷ** bao gồm một nhóm rối loạn và hội chứng được gọi chung bằng thuật ngữ **rối loạn phổ tự kỷ (ASD)**. Có đến 1,5 - 2% trẻ em mắc ASD.

DẤU HIỆU CHÍNH GỒM CÁC RỐI LOẠN Ở NHỮNG MẶT SAU:

- **tương tác xã hội**
 - né tránh giao tiếp bằng mắt
 - khó khăn trong việc hiểu các cử chỉ và nét mặt
 - thích ở một mình
 - không chủ động tương tác
- **giao tiếp ngôn ngữ và phi ngôn ngữ**
 - lặp lại từ và câu
 - gặp khó khăn trong việc biểu đạt ngôn ngữ hoặc phi ngôn ngữ (ví dụ cử chỉ hoặc biểu hiện khuôn mặt)
 - giọng nói đơn điệu không có ngữ điệu
 - thiếu sót trong việc bắt chước
- **trí tưởng tượng (một nhóm các sở thích rập khuôn)**
 - Hành vi rập khuôn (vỗ tay, nhún nhảy, v.v.)
 - cần các hành vi nghi thức
 - quan tâm đến các chi tiết của đồ chơi, thao tác với đồ chơi theo cách bất thường¹
 - sở thích rập khuôn và sưu tầm đồ vật (vd. sưu tầm tờ rơi, lịch trình phương tiện giao thông công cộng)
 - Tính bảo thủ, khó thay đổi (vd. thay đổi quần áo, đến trường bằng con đường khác v.v.)

CÁC BIỂU HIỆN CỦA RỐI LOẠN THƯỜNG THẤY NHẤT Ở TRẺ LÀ GÌ?

- ít tương tác và giao tiếp với người khác
- ít giao tiếp bằng mắt
- ít hợp tác
- ít phản ứng với mệnh lệnh
- khó thu hút sự chú ý và giữ sự tập trung của trẻ
- thiếu biểu hiện nét mặt và cử chỉ sống động
- không biết đứng vào hàng cùng các bạn khác
- thường xuyên chơi một mình
- chơi đồ chơi theo cách khác thường và tập trung vào các chi tiết
- gắn bó với một số món đồ chơi hoặc đồ vật nhất định
- đắm chìm trong sở thích của mình
- có những chuyển động kỳ lạ (lắc lư tay, nhún nhảy, đi nhón gót)
- trẻ tạo cảm giác như đang sống trong thế giới của riêng mình
- phản ứng thái quá với một số tiếng động
- khó thích nghi với thay đổi

¹ Không hiểu tổng thể chức năng của đồ chơi đó.



DIAGNÓZA

Do této kategorie poruch (pervazivní vývojové poruchy), řadíme především:

Autismus v raném věku

- objevuje se do tří let věku, narušeno je sociální chování, komunikace i představivost, vyskytují se opakované, stereotypní vzorce chování, které probíhají vždy stejně

Atypický autismus - rozdíl oproti autismu v raném věku spočívá ve věku, kdy se autismus objeví (po třetím roce věku), nebo v nenaplnění všech diagnostických kritérií

Aspergerův syndrom - rozdíl oproti autismu v raném věku spočívá v nepřítomnosti obecného opoždění vývoje, nezaostává vývoj řeči ani kognitivních schopností, většina dětí má průměrnou, někdy nadprůměrnou inteligenci

PODLE SCHOPNOSTI FUNKOVÁNÍ ROZLIŠUJEME

vysoce funkční autismus

- inteligence je v normě, komunikační schopnosti jsou normální nebo mírně narušené. Tyto děti jsou schopné dobré integrace do společnosti a mohou se vzdělávat i na běžné škole.

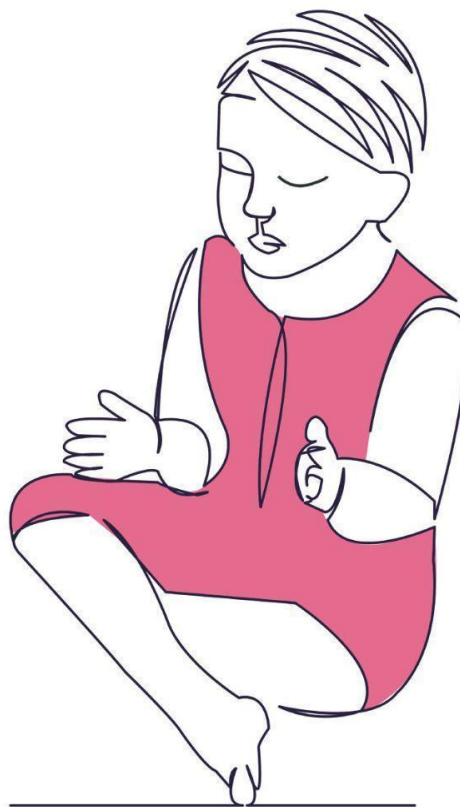
středně funkční autismus

- děti s lehkou nebo středně

těžkou mentální retardací, narušenou komunikační schopností a stereotypním chováním.

nízko funkční autismus

- děti s těžkou mentální retardací, není rozvinutá použitelná řeč, velmi málo navazují jakýkoliv kontakt, objevují se stereotypie.





CHẨN ĐOÁN

Nằm trong nhóm rối loạn này (rối loạn phát triển lan tỏa) chủ yếu gồm:

Tự kỷ điển hình - xuất hiện trong ba năm đầu đời. Hành vi xã hội, giao tiếp và trí tưởng tượng bị rối loạn. Biểu hiện các mẫu hành vi lặp khuôn, lặp đi lặp lại, luôn thể hiện ra giống nhau.

Tự kỷ không điển hình - khác với tự kỷ điển hình ở độ tuổi, tức thời điểm tự kỷ xuất hiện (sau ba tuổi), hoặc khi không hội đủ tất cả các tiêu chuẩn để chẩn đoán tự kỷ điển hình.

Hội chứng Asperger - khác với tự kỷ điển hình, trẻ không bị chậm phát triển tổng quát, kể cả phát triển ngôn ngữ và khả năng nhận thức cũng không bị chậm phát triển, đa số trẻ có trí thông minh trung bình, đôi khi trên trung bình.

PHÂN LOẠI THEO KHẢ NĂNG SINH HOẠT

tự kỷ chức năng cao

- trí thông minh ở mức bình thường, khả năng giao tiếp bình thường hoặc rối loạn nhẹ. Những trẻ này có khả năng hội nhập tốt vào xã hội và cũng có thể theo học tại trường thường.

tự kỷ chức năng trung bình

- trẻ mắc thiếu năng trí tuệ (*chậm phát triển tâm thần*) mức độ nhẹ hoặc trung bình, rối loạn khả năng giao tiếp và có hành vi lặp khuôn.

tự kỷ chức năng thấp

- trẻ mắc thiếu năng trí tuệ (*chậm phát triển tâm thần*) mức độ nặng, ngôn ngữ sử dụng không phát triển, rất ít chịu giao tiếp dưới mọi hình thức, thể hiện các hành vi lặp khuôn.



PŘÍČINY

Poruchy autistického spektra vznikají na základě **nevyrovnaného vývoje mozku** a označujeme je tedy jako neurovývojové.

Reprezentují skupinu vysoce heterogenních, multifaktoriálně podmíněných poruch, které sdílí stejné rysy. Jsou doprovázeny atypickou trajektorií mozkové maturace, což vede k odlišnostem v neuroanatomii.

Velký význam je přisuzován genetickým faktorům, přestože neexistuje konkrétní gen odpovědný za vznik této poruchy.

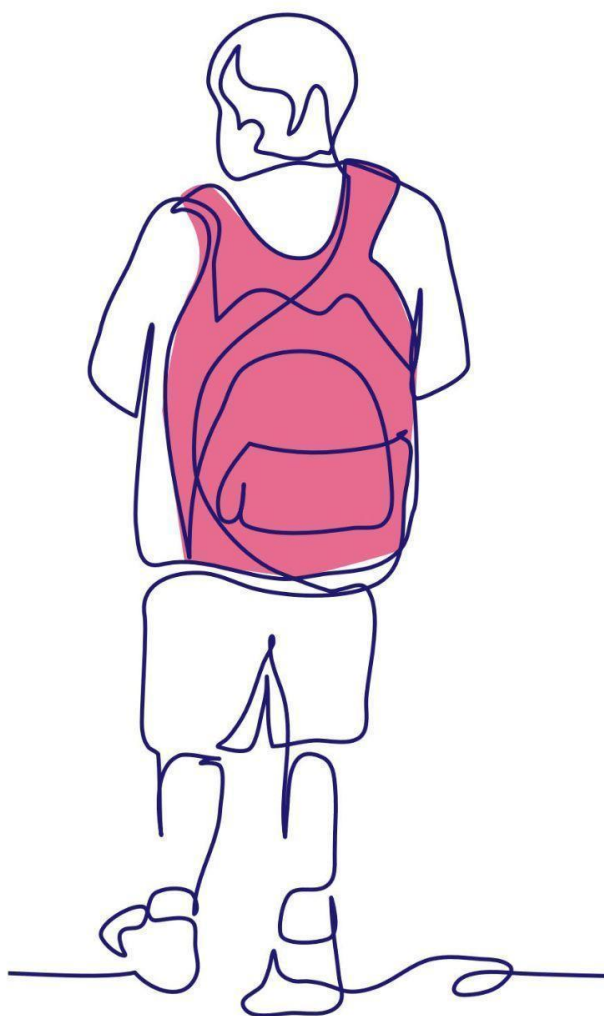
LÉČBA

Léčba dětí s poruchami autistického spektra je sestavena individuálně na základě symptomů a potřeb daného dítěte.

Zaměřuje se především na zlepšení komunikace, **nácvik sociálního chování**, podporu jednotlivých oblastí **rozvoje**, strukturované **učení**, podporu herního chování a vhodného utváření volného času. Velmi zásadním a nejúčinnějším preventivním opatřením je **nastavení vhodného denního režimu a strukturovanosti**, a to ve všech prostředích (doma, škola, školka, kroužky). Zachování pravidelného, přehledného a předvídatelného režimu

pomáhá předcházet napětí.

Vhodné je využívání vizualizace, která napomáhá dětem lépe se ve struktuře dne a aktivit orientovat.





Spolufinancováno
Evropskou unií

NGUYÊN NHÂN

Các rối loạn của phổ tự kỷ hình thành trên cơ sở **phát triển không đồng đều của não bộ** và do đó chúng ta gọi chúng là các rối loạn phát triển thần kinh. Chúng đại diện cho một nhóm những rối loạn khác nhau, chịu tác động từ đa yếu tố, có những đặc điểm tương đồng. Đi kèm với những rối loạn này là quỹ đạo phát triển bất thường của não bộ, khiến phát sinh các khác biệt trong giải phẫu thần kinh. Các yếu tố di truyền được cho là đóng vai trò lớn, mặc dù không có gen cụ thể chịu trách nhiệm dẫn đến rối loạn này.

ĐIỀU TRỊ

Đối với trẻ mắc rối loạn phổ tự kỷ việc điều trị được xây dựng riêng cho từng trẻ dựa trên các triệu chứng và nhu cầu.

Điều trị sẽ tập trung chủ yếu vào **liệu pháp hành vi và giao tiếp**, hỗ trợ từng lĩnh vực của sự **phát triển, học tập** có cấu trúc, hỗ trợ hành vi chơi và tạo chương trình thời gian rảnh phù hợp. Một biện pháp phòng bị rất căn bản và hiệu quả nhất là **lập chế độ sinh hoạt hằng ngày** phù hợp và **có cấu trúc**, dù ở bất kỳ môi trường nào (nhà, trường học, mẫu giáo, lớp ngoại khóa). Việc duy trì một chế độ đều đặn, rõ ràng và dễ dự đoán sẽ giúp trẻ phòng tránh căng thẳng. Để hỗ trợ trẻ nắm bắt tốt hơn cấu trúc của một ngày và các hoạt động, bạn nên tận dụng phương pháp trực quan.



OTÁZKY A ODPOVĚDI

Jak podpořit dítě, aby komunikovalo? Doteky, kontakt?

Pro někoho může být fyzický kontakt uklidňující, pro jiné dítě to může spustit afekt, protože je na sensorické vnímání příliš přecitlivělé. Důležité je na dítě mluvit pomalu, jednoduše a nechávat mezi jednotlivými větami pauzy.

Buďte trpěliví a na dítě netlačte, nezahlcujte ho hned další otázkou. Snažte se být pozitivní, respektující a laskaví. Dítě často chvalte.

Mluvte s dítětem o tématech, které ho zajímají a věnujte se spolu aktivitám, které ho baví. Pomůže vám to sblížit se s dítětem a to se bude cítit pochopené a přijaté.

Jak mu pomoci zařadit se do kolektivu?

Důležité je vystavovat dítě kontaktu s lidmi, pokud je dítě schopné to unést bez větších afektů. Brát ho na návštěvy, na výlety, jak mezi jiné děti, tak i ostatní děti s PAS - někdy si s nimi rozumí více a jednodušeji s nimi naváže kontakty. Většinou se schopnost zapojení se do kolektivu zlepšuje s věkem a velmi účinně jej lze podpořit terapeutickými programy zaměřenými na rozvoj sociálních dovedností.

Jak zvládnout afekty na veřejnosti?

K afektům na veřejnosti u dětí s PAS může docházet poměrně často. Vznikají jako intenzivní reakce na situaci, která je pro dítě zátěžová (příliš emočně či vjemově stimulující, náhlá změna režimu apod.) a dítě dočasně ztratí kontrolu nad svým chováním. Tato ztráta kontroly se nejčastěji projevuje křikem, brekem, kopáním, kousáním atd. Nejdůležitější je, aby rodiče v této chvíli zachovali klid a tím vytvořili i klidnou atmosféru. Dobré je vysvětlit dítěti, že chápete, že se cítí přehlceno, a v žádném případě ho neshazujte nebo nevyhrožujte trestem. Zůstaňte fyzicky tak blízko, jak vám dítě dovolí, je důležité, aby se cítilo bezpečně. Snažte se co nejméně soustředit na ostatní lidi okolo sebe a věnujte dítěti plnou pozornost. Některým dětem pomůže odvedení pozornosti nějakým smyslovým vjemem (např. měkká deka, hračka), jiným pomáhají např. zvuk potlačující sluchátka. Věnujte se nácviku strategií, jak se zahlcením pracovat (např. hluboké dýchání).

Jaké jsou účinné metody léčby, terapie?

Terapií pro děti s PAS je celá řada. Nejčastěji se používá TEACCH program, ABA (aplikovaná



HỎI ĐÁP

Làm sao để hỗ trợ trẻ giao tiếp? Đụng chạm, giao tiếp?

Đối với một số trẻ tiếp xúc cơ thể có thể khiến chúng thư giãn, đối với một số khác có thể khiến bộc phát cơn bùng nổ do trẻ rối loạn cảm giác, bị nhạy cảm quá mức. Quan trọng là bạn cần nói với trẻ một cách chậm rãi, đơn giản và ngắt quãng ở cuối mỗi câu. Hãy nhẫn nại và đừng gây áp lực, làm trẻ quá tải bằng những câu hỏi khác. Cố gắng tích cực, tôn trọng và tử tế với trẻ. Khen ngợi trẻ thường xuyên. Nói chuyện với trẻ về những đề tài trẻ quan tâm và cùng dành thời gian cho những hoạt động trẻ yêu thích. Điều này sẽ giúp bạn trở nên gần gũi hơn và trẻ sẽ cảm thấy được thấu hiểu và chấp nhận.

Làm sao để giúp trẻ hòa nhập vào tập thể?

Quan trọng là cần đưa trẻ vào tình thế giao tiếp với mọi người, nếu trẻ có thể chịu được việc này mà không bộc phát những cơn bùng nổ quá lớn. Đưa trẻ đi thăm thú, dã ngoại không chỉ với các trẻ em khác, mà còn cả với những trẻ tự kỷ - đôi khi trẻ sẽ hiểu chúng hơn và dễ kết giao hơn. Thông thường khả năng hòa nhập vào tập thể sẽ được cải thiện theo độ tuổi và có thể hỗ trợ nó bằng những

chương trình trị liệu tập trung vào sự phát triển các kỹ năng xã hội.

Làm sao để quản lý các cơn bùng nổ tại nơi công cộng?

Các cơn bùng nổ có thể tương đối thường xuyên xảy ra ở những trẻ ASD. Những cơn này xuất hiện như một sự phản ứng mạnh mẽ với tình huống, đối với trẻ nó là gánh nặng (rối loạn cảm giác và cảm xúc bị kích thích quá mức, thay đổi chế độ sinh hoạt đột ngột v.v.) và trẻ tạm mất kiểm soát hành vi của mình. Sự mất kiểm soát thường được bộc lộ nhiều nhất bằng cách gào thét, khóc lóc, đá chân, cắn v.v. Quan trọng nhất là cha mẹ trong lúc này cần giữ bình tĩnh và nhờ vậy mà tạo ra bầu không khí yên bình. Bạn nên giải thích là bạn hiểu trẻ cảm thấy bị quá tải, và tuyệt đối không miệt thị và dọa phạt. Ở gần con bạn hết sức có thể, quan trọng là trẻ cảm thấy an toàn. Cố gắng ít để ý nhất có thể đến những người xung quanh và hãy hoàn toàn tập trung vào trẻ. Phương pháp đánh lạc hướng có thể có hiệu quả, cảm giác (vd. chăn mềm, đồ chơi) nào đó bằng giác quan sẽ giúp một số trẻ chuyển hướng chú ý, đối với một số khác vd. tai nghe sẽ giúp cách âm. Bạn hãy dành thời gian tập luyện các chiến lược ứng phó với sự quá tải (vd. thở sâu).



behaviorální analýza), Son-Rise, O.T.A. (Open Therapy of Autism), KBT (kognitivně-behaviorální terapie), zooterapie (canisterapie, hipoterapie), arteterapie, muzikoterapie, ergoterapie, logopedie, terapie smyslové integrace, HANDLE, neuro-vývojová terapie. Učí děti emoční regulaci a novým (zejména komunikačním) dovednostem, které postupně nahrazují nežádoucí chování, zlepšuje se sebeobsluha, komunikace, učení a sociální interakce.

Jak může pomoci medikace?

Dosud nebyla nalezena žádná účinná farmakologická léčba jádrových příznaků autismu. Psychofarmaka tak jsou pouze doplňkovou léčbou pro ovlivňování některých problémových symptomů - např. pro ovlivnění agresivity, zvýšené dráždivosti a sebepoškození je užíván lék risperidon. Pro ovlivnění stereotypního a repetitivního chování, obsedantního syndromu a rituálů se doporučují antidepresiva typu SSRI (selektivní inhibitory zpětného vychytávání serotoninu) - fluoxetin, escitalopram či citalopram.

Pro poruchy spánku melatonin.

V případě hyperaktivity a impulzivity je volen methylfenidát, atomoxetin či antipsychotika risperidon nebo aripiprazol.

Jak odhadnu zátěž, kterou je dítě schopné zvládnout?

Prognóza závisí na mnoha faktorech a nelze ji predikovat během dětství, především u dětí mladších 3 let. Důležitými časnými prognostickými faktory jsou schopnost sdílení pozornosti, funkční hry, kognitivní schopnosti a míra autistických příznaků. Děti s vysoce funkčním autismem toho zvládnou více, než děti středně a nízko funkční, jsou schopny zapojení např. do běžné školní třídy. Klinicko-psychologické vyšetření, které je součástí diagnostického procesu, by mělo podat zprávu o aktuální úrovni vývoje nebo schopností a zmapovat potenciál dítěte. Výsledky by měly sloužit k nastavení odpovídajících intervencí.

Autismus a inteligence?

Výsledky výzkumu amerického Centra pro kontrolu nemocí a prevence uvádí, že 31 % dětí s PAS má mentální retardaci (IQ < 70), 23 % dětí je v hraničním pásmu (IQ mezi 71 a 85) a 46 % dětí v pásmu průměru až nadprůměru (IQ > 85). Lze tedy říci, že téměř polovina dětí s PAS má průměrnou až nadprůměrnou inteligenci.

Jak trávit čas se sourozencem? Dochází k častým záchvatům vzteku.

Terapie a podpůrné skupiny jsou



Phương pháp điều trị và trị liệu nào hiệu quả?

Có hàng loạt phương pháp trị liệu dành cho trẻ ASD. Những liệu pháp hay được áp dụng nhất là chương trình TEACCH, ABA (phân tích hành vi ứng dụng), Son-Rise, O.T.A. (Open Therapy of Autism), CBT (liệu pháp nhận thức - hành vi), động vật trị liệu (chó trị liệu, ngựa trị liệu), nghệ thuật trị liệu, âm nhạc trị liệu, lao động trị liệu, âm ngữ trị liệu, liệu pháp tích hợp cảm giác, HANDLE, trị liệu phát triển thần kinh. Trẻ sẽ được học điều hòa cảm xúc và các kỹ năng mới (đặc biệt là các kỹ năng giao tiếp). Những kỹ năng này sẽ dần thay thế các hành vi không phù hợp, cải thiện việc tự phục vụ, giao tiếp, học tập và tương tác xã hội.

Dược lý trị liệu có thể giúp được gì?

Cho đến hiện tại y học chưa tìm ra bất kỳ liệu pháp dược lý hiệu quả nào cho các triệu chứng cốt lõi của tự kỷ. Vì vậy, thuốc hướng thần chỉ là liệu pháp tác động lên một số những hội chứng gây vấn đề - vd. risperidone được cho dùng để tác động đến sự hung hăng, khó chịu dâng cao và tự hại. Thuốc chống trầm cảm nhóm SSRI (ức chế tái hấp thu chọn lọc serotonin) - fluoxetin, escitalopram, hay citalopram - được khuyến cáo sử dụng để tác động vào hành vi lặp khuôn và lặp lại, Rối loạn ám ảnh và các nghi thức. Methylphenidate, atomoxetine hay thuốc chống loạn thần risperidon hoặc aripiprazole được lựa chọn trong trường hợp tăng động và bốc đồng.

Làm sao để đoán được mức độ căng thẳng mà trẻ có thể xử lý?

Tiên lượng phụ thuộc vào nhiều yếu tố và không thể dự đoán nó trong thời thơ ấu, đặc biệt là ở trẻ dưới ba tuổi. Những yếu tố tiên lượng quan trọng sớm nhận thấy là khả năng chú ý chung, chơi chức năng, khả năng nhận thức và mức độ triệu chứng tự kỷ. So với trẻ tự kỷ chức năng trung bình và thấp, trẻ tự kỷ chức năng cao sẽ biết làm nhiều thứ hơn, những trẻ này có khả năng tham gia vd. vào lớp học tại trường thường. Buổi khám tâm lý lâm sàng - một phần của quá trình chẩn đoán - cần lập báo cáo về mức độ phát triển hiện tại hoặc về các khả năng và tìm hiểu về tiềm năng của trẻ. Các kết quả nên được dùng để thiết lập các biện pháp can thiệp tương ứng.

Tự kỷ và trí tuệ?

Các kết quả nghiên cứu của Trung tâm Kiểm tra và Phòng bệnh Hoa Kỳ cho biết 31 % trẻ ASD mắc thiếu năng trí tuệ (IQ < 70), 23 % trẻ ở ngưỡng thang điểm giữa bình thường và chậm phát triển (IQ ở khoảng 71 đến 85) và 46 % trẻ ở mức trung bình đến trên trung bình (IQ > 85). Có nghĩa là gần một nửa số trẻ mắc ASD có trí thông minh trung bình và trên trung bình.



DIAGNÓZA

důležité nejen pro děti s PAS, ale i pro jejich rodiny a blízké. Mohou být velice nápomocné pro sourozence dětí, aby pochopili prožívání a chování dítěte s autismem. Když pochopí, proč se dítě s PAS chová, jak se chová v určitých situacích, naučí se také, jak s problémovým chováním zacházet, jak reagovat při afektech atd. Také pro ně může být podpůrné sdílet potíže s jinými sourozenci, kteří prožívají to samé.

Jak vysvětlit dítěti, že je jiné?

Čím dříve s dítětem o autismu promluvíte, tím lépe. Důležité je, aby to dítě slyšelo nejdříve od rodičů a ne od vrstevníků či učitelů. Děti s PAS často samy cítí, že jsou jiné, že si nerozumí s ostatními dětmi a když jim rodiče vysvětlí, proč tomu tak je, často cítí úlevu. Je důležité, abyste s dítětem mluvili v takové situaci, kdy je klidné a cítí se bezpečně. Mluvte s ním o jeho silných stránkách a také o tom, s čím má potíže (např. navazování kontaktu). Vysvětlíte mu, že se dějí proto, že jeho mozek věci vnímá jiným způsobem než většina lidí. Pro dítě může být vysvětlení, že těžkosti, které zažívá, jsou způsobeny autismem, často uklidňující. Povídejte si o známých osobnostech, které také autismus mají anebo o přátelích s touto diagnózou.

Je důležité, aby dítě vědělo, že není samo, a že tím, čím prochází, prochází mnoho dalších dětí a že existuje pomoc.

Je možné, aby projevy úplně vymizely? Po vhodné medikaci a léčbě...

Poruchy autistického spektra nelze vyléčit. Při časně, vhodné a intenzivní terapii se dítě a rodiče naučí se symptomy pracovat, přizpůsobit životní styl, rozvinout schopnosti, které u dítěte chyběly, a projevy se výrazně zmírní tak, že je jedinec schopný v životě velmi dobře fungovat. Záleží zde samozřejmě na závažnosti a míře symptomů.

Strava a autismus?

Jsou některá jídla nevhodná?

Můžete se setkat s řadou informací o tom, že různé formy diet snižují symptomy autismu. Vědecké studie však tuto skutečnost dostatečně nepotvrdily. Potíže se stravou však u dětí s PAS nejsou výjimečné. Tyto děti jsou často extrémně vybíravé, protože prožívají smyslovou přecitlivělost. Jsou přecitlivělé na různé vůně, barvy, textury atd., a proto je výběr jídel, které jsou ochotné jíst, omezen (často na ne úplně zdravé, zpracované polotovary). Tyto děti mohou trpět nutričními deficity, zejména z nedostatku vápníku



CHẨN ĐOÁN

Sử dụng thời gian bên anh chị em như thế nào? Trẻ thường xuyên bộc phát các cơn giận.

Trị liệu và các nhóm tương trợ là những biện pháp quan trọng không chỉ cho trẻ ASD, mà còn cho cả gia đình và người thân của trẻ. Đối với anh chị em thì việc hiểu được cảm nhận và hành vi của trẻ tự kỷ là điều rất có ích. Khi chúng hiểu được lý do vì sao trẻ ASD hành xử như vậy trong những tình huống nhất định, chúng cũng sẽ học được cách đối phó với những hành vi gây rắc rối, cách phản ứng trong các cơn bùng nổ v.v. Chia sẻ giữa anh chị em với nhau, những người đang trải qua cùng một vấn đề, cũng có thể là điều giúp ích cho chúng.

Làm sao để giải thích cho trẻ hiểu là trẻ khác biệt?

Bạn nói chuyện với trẻ về tự kỷ càng sớm càng tốt. Quan trọng là trẻ được nghe về nó trước tiên từ cha mẹ, thay vì từ bạn đồng trang lứa hay giáo viên. Bản thân trẻ ASD thường xuyên cảm thấy rằng chúng khác biệt, rằng chúng không hiểu được những trẻ khác và khi cha mẹ giải thích lý do vì sao, chúng sẽ thường cảm thấy được nhẹ nhõm. Điều quan trọng là bạn trò chuyện với trẻ trong những hoàn cảnh mà trẻ bình tĩnh và cảm thấy an toàn. Hãy nói với trẻ về những điểm mạnh và những khó khăn trẻ đang đối mặt (vd. kết giao). Giải thích cho trẻ là những chuyện này xảy ra bởi não bộ của trẻ nhận thức sự việc theo cách khác với số đông. Những khó khăn mà trẻ đang trải qua là do tự kỷ gây ra, đối với trẻ đó thường có thể là lời giải thích xoa dịu. Hãy cùng nói về những nhân vật nổi tiếng, những người cũng mắc tự kỷ, hoặc về những người bạn có chẩn đoán tương tự. Quan trọng là trẻ biết được

mình không đơn độc và những gì mình trải qua, nhiều trẻ khác cũng đang gặp phải, và có tồn tại sự giúp đỡ.

Liệu các biểu hiện có biến mất hoàn toàn? Sau được lý trị liệu và điều trị...

Không thể chữa khỏi rối loạn phổ tự kỷ. Khi tham gia trị liệu sớm, phù hợp và liên tục thì trẻ và cha mẹ có thể học được cách đối phó với các triệu chứng, điều chỉnh lối sống, phát triển khả năng mà trẻ thiếu sót và những biểu hiện sẽ giảm rõ rệt đến mức, người tự kỷ có thể sinh hoạt rất tốt trong cuộc sống. Dĩ nhiên, ở đây còn tùy thuộc vào mức độ nghiêm trọng và mức độ của hội chứng.

Chế độ ăn uống và tự kỷ?

Có một số thức ăn không phù hợp?

Bạn có thể bắt gặp loạt thông tin về các hình thức ăn kiêng khác nhau giúp giảm các hội chứng của tự kỷ. Tuy nhiên, các nghiên cứu khoa học không xác nhận đầy đủ thực tế này. Khó khăn trong chế độ ăn uống không phải là điều gì hiếm đối với trẻ ASD.



a bílkovin, které jsou důležité pro zdravý vývoj a růst. Proto je nezbytné, aby se rodiče snažili co nejvíce podporovat zdravé stravovací návyky a omezit přísun cukru (v souvislosti s hyperaktivitou může být větší potřeba sladkostí).

Má dítě empatii, pokud je autista?

Empatie, tedy schopnost vcítit se do druhého jedince, bývá často diskutovaným tématem. Stereotypním, převládajícím názorem je, že jedinci s PAS empatii nemají dostatečně vyvinutou, případně jí nejsou vůbec schopni. Tento předsudek je nesprávný. Naopak často velmi empatictí jsou, ale problémem může být smyslové přetížení, které prožívají nebo problémy v komunikaci. Mohou mít potíže empatii projevit způsobem, na jaký jsou lidé zvyklí a jaký vyžadují.

Může se projevat tzv. alexithymie - neschopnost popsat a identifikovat svůj psychický a emocionální stav. Ale to, že emoce neumějí popsat, neznamená, že je lidé s PAS necítí.

Jak vybrat školu a upravit podmínky docházky?

Vzdělávání dětí, žáků s PAS je legislativně zakotveno ve školském zákoně, tj. zákoně č. 561/2004 Sb. a ve vyhlášce č. 73/2005 O vzdělávání dětí, žáků a studentů se speciálními

potřebami a dětí, žáků a studentů mimořádně nadaných. Rozhodující je míra symptomatiky, stupeň mentálního postižení, nerovnoměrnost vývojového profilu, závažnost problémového chování a další přidružené poruchy. Ve specializovaných třídách i u integrace autistických žáků do běžných tříd ZŠ, do běžných tříd ZŠ speciálních a do běžných tříd ZŠ praktických je důležitá přítomnost asistenta pedagoga.

V čem může pomoci psychoterapie?

Psychoterapie pomůže dítěti rozvíjet schopnosti, se kterými má potíže. Učí ho lépe komunikovat, aby se jednodušeji zapojil do kolektivu, pochopit neverbální komunikaci, gesta, interpretovat výrazy tváře, udržet při konverzaci oční kontakt, navazovat kontakty s lidmi a respektovat hranice jiných lidí. Učí zvládat afekty, vyjadřovat bezpečným způsobem emoce a může jim pomoci získat větší kontrolu nad stereotypiemi. Celkově jde tedy o velmi efektivní terapii, která pomáhá zmírnit projevy a učí jedince fungovat v každodenním životě.

Může se autismus zaměnit za ADHD?

Literatura uvádí, že až 50-70 % dětí s PAS, má současně i ADHD.



Những trẻ này thường kén ăn một cách cực đoan do cảm nhận giác quan nhạy cảm quá mức. Chúng nhạy cảm thái quá với các loại mùi, màu, kết cấu khác nhau v.v., bởi vậy việc lựa chọn thức ăn, mà chúng chịu ăn, bị hạn chế (thường là thực phẩm chế biến sẵn, không tốt cho sức khỏe). Những trẻ này có thể bị thiếu dinh dưỡng, chủ yếu canxi và protein, những chất quan trọng cho sự phát triển và tăng trưởng lành mạnh. Thế nên, cha mẹ cần hết sức nỗ lực ủng hộ các thói quen ăn uống lành mạnh và hạn chế ăn đường (liên quan đến chứng tăng động, nhu cầu đồ ngọt có thể cao hơn) ở trẻ.

Trẻ tự kỷ có biết đồng cảm không?

Đồng cảm, tức khả năng đặt mình vào người khác, thường là đề tài tranh cãi. Quan điểm rập khuôn và phổ biến là sự đồng cảm ở người ASD không phát triển đầy đủ, hoặc họ hoàn toàn không có khả năng này. Định kiến này không chính xác. Ngược lại, họ thường rất đồng cảm, nhưng vấn đề có thể nằm ở sự quá tải cảm giác (*Rối loạn cảm giác*), mà họ đang phải trải qua, hoặc các vấn đề trong giao tiếp. Họ có thể gặp trở ngại trong việc thể hiện đồng cảm theo cách mọi người quen và mong chờ.

Biểu hiện của chứng alexithymia - mất khả năng diễn đạt và nhận biết tình trạng tâm lý và cảm xúc của bản thân - có thể xuất hiện ở những người tự kỷ. Thế nhưng, không biết diễn đạt cảm xúc, không đồng nghĩa là họ không cảm thấy gì.

Chọn trường ra sao và điều chỉnh điều kiện học tập như thế nào?

Giáo dục trẻ em, học sinh ASD được quy định bởi pháp luật trong luật giáo dục, tức theo luật số 561/2004 Sb. và nghị định 73/2005 Về giáo dục trẻ em, học sinh và sinh viên có nhu cầu đặc biệt và trẻ em, học sinh và sinh viên đặc biệt năng khiếu. Điều tiên quyết là mức độ triệu chứng, mức độ chậm phát triển trí tuệ, hồ sơ năng lực phát triển không đồng đều, mức độ nghiêm trọng của hành vi gây rắc rối và những rối loạn đi kèm. Cần có sự hiện diện của trợ lý giáo viên ở lớp chuyên biệt và trong quá trình hòa nhập của học sinh tự kỷ vào lớp thường của trường phổ thông cơ sở, lớp thường của trường phổ thông cơ sở chuyên biệt và lớp thường của trường phổ thông cơ sở thực hành.

Tâm lý trị liệu có thể giúp trẻ ở những khía cạnh nào?

Tâm lý trị liệu giúp phát triển những khả năng mà trẻ đang gặp khó khăn. Nó dạy trẻ giao tiếp tốt hơn để dễ tham gia vào tập thể hơn, hiểu được giao tiếp phi ngôn ngữ và các cử chỉ, diễn giải nét mặt, duy trì giao tiếp mắt khi đối thoại, kết giao với mọi người và tôn trọng ranh giới của người khác. Liệu pháp này dạy trẻ xử lý các cơn bùng nổ, bộc lộ cảm xúc một cách an toàn và giúp đạt được sự kiểm soát tốt hơn các hành vi rập khuôn. Nhìn chung, đây là một liệu pháp rất hiệu quả, giúp giảm các biểu hiện và dạy trẻ sinh hoạt trong cuộc sống thường nhật.



LÉČBA

I když tyto poruchy sdílí některou příbuznou symptomatiku - poruchy pozornosti, hyperaktivitu, impulzivitu, celkový klinický obraz těchto onemocnění je odlišný. Spíše tedy, než že by se autismus s ADHD zaměnil, je vysoká pravděpodobnost takzvané komorbidity, že dítě má současně obě tyto vývojové poruchy.

Může být autismus projevem jiného onemocnění?

Více než 70 % dětí s poruchou autistického spektra má komorbidní somatickou, vývojovou nebo psychickou poruchu. Jednou z nejčastějších komorbidit u dětí s autismem je mentální retardace (MR). Psychiatrické poruchy s podobnou či příbuznou symptomatikou PAS jsou mentální retardace, schizofrenie s časným začátkem, specifické vývojové poruchy řeči a jazyka, sociálně úzkostná porucha v dětství, obsedantně kompulzivní porucha.

Jaké jsou fungující skupiny nebo organizace, které pomáhají rodinám dětí s autismem?

Národní ústav pro autismus, (NAUTIS) je u nás největší specializovaná organizace, která poskytuje širokou nabídku služeb lidem s autismem. Mezi další organizace

patří např. Za sklem, o.s., Naděje pro děti úplňku, APLA, Autis centrum a řada dalších.

Jaké jsou vhodné volnočasové aktivity?

Trávení volného času může být problémové. Hlavní roli hraje deficit v sociální oblasti a s tím také spojená nedostatečně vyvinutá komunikace. Vhodné je obrátit se na organizace, které pracují s dětmi s PAS a nabízejí volnočasové programy. Takové organizace mají proškolený personál, který ví, jak reagovat, pokud se u dítěte objeví například afekt. Dítě se zde může cítit bezpečně a přijato.





ĐIỀU TRỊ

Tự kỷ có thể bị nhầm lẫn với ADHD không?

Các tài liệu cho biết có đến 50-70 % trẻ ASD cùng lúc mắc ADHD. Mặc dù hai rối loạn này có chung một số triệu chứng - rối loạn chú ý, tăng động, bốc đồng, nhưng tổng hợp triệu chứng lâm sàng của hai căn bệnh này lại khác nhau. Vậy nên, khả năng cao đây là bệnh đi kèm, tức trẻ mắc đồng thời hai rối loạn, hơn là tự kỷ bị nhầm với ADHD.

Tự kỷ có thể là biểu hiện của căn bệnh khác không?

Có hơn 70 % trẻ em mắc hội chứng rối loạn tự kỷ bị rối loạn đi kèm - rối loạn dạng cơ thể, phát triển hoặc tâm lý. Một trong những bệnh đi kèm thường xuất hiện nhất là chậm phát triển tâm thần (MR). Những rối loạn tâm thần với triệu chứng chung hoặc tương đồng với ASD là chậm phát triển tâm thần, tâm thần phân liệt khởi phát sớm, rối loạn phát triển đặc hiệu về lời nói và ngôn ngữ, ám ảnh sợ xã hội trong thời thơ ấu, rối loạn ám ảnh cưỡng chế.

Những nhóm hoặc tổ chức nào hoạt động hiệu quả trong việc giúp đỡ gia đình có trẻ tự kỷ?

Národní ústav pro autismus / Viện Tự kỷ Quốc gia (NAUTIS) là tổ chức chuyên ngành lớn nhất ở Séc cung cấp đa dạng các dịch vụ cho người tự kỷ. Ngoài ra còn có vd. Za sklem, o.s. / Tổ chức phi chính phủ phi lợi nhuận Sau tấm kính, Naděje pro děti úplňku / Hy vọng cho trẻ trắng tròn, APLA / Tích cực trợ giúp người tự kỷ, Autis centrum / Trung tâm Autis và hàng loạt những tổ chức khác.

Những hoạt động giải trí nào phù hợp với trẻ tự kỷ?

Sinh hoạt của trẻ tự kỷ trong thời gian rảnh có thể là một vấn đề. Suy kém về mặt xã hội đóng vai trò chủ chốt và cùng với nó là sự phát triển không đầy đủ về mặt giao tiếp. Tìm đến những tổ chức làm việc với trẻ ASD và cung cấp chương trình ngoại khóa sẽ là lựa chọn phù hợp với bạn. Những tổ chức như vậy có nhân sự được đào tạo, những người biết cách phản ứng trong trường hợp vd. cơn bùng nổ xuất hiện ở trẻ. Tại đây trẻ có thể cảm thấy an toàn và được chấp nhận.



MÝTY O AUTISMU

Děti s autismem vůbec nenavazují oční kontakt.

X Navazují, ale jiným způsobem, než jsme zvyklí (v nižší frekvenci, jiným způsobem).

Děti s autismem nejsou kontaktní.

X Většinou mají zájem o kontakt, ale jiným způsobem.

Děti s autismem nestojí o přátelství.

X O přátelství stojí, ale nevědí, jak ho navázat a udržet.

Děti s autismem se nezajímají o okolí.

X Zajímají, ale nedokážou reagovat, protože mají omezené sociální i komunikační schopnosti.

Není autista, má velkou představivost.

X Představivost není kritériem pro nepřítomnost autismu. Fantazijní svět je ale ulpívavý a hranice mezi fantazií a realitou nemusí být jasná.

Autismus je nálepka a zbytečně stigmatizuje.

X Ve většině případů stanovení diagnózy vede k účinným terapeutickým postupům a pochopení obtíží dítěte.

Autismus se pozná na první pohled.

X Není tomu tak. Ke stanovení diagnózy je zapotřebí podrobné vyšetření, které provede specializovaný odborník.

Autismus lze potvrdit genetickým vyšetřením.

X Nejedná se o genetickou poruchu, přestože zde je genetický vliv, diagnóza je stanovena na základě diagnostických kritérií.

Děti s autismem jsou geniální.

X Děti s vysokofunkčním autismem mohou v některých oblastech vynikat a být nadprůměrné. Ale velká část dětí s PAS má i mentální retardaci.





LÀM TƯỞNG VỀ TỰ KỶ

Trẻ tự kỷ hoàn toàn không giao tiếp bằng mắt.

X Có giao tiếp bằng mắt, nhưng khác với cách mà chúng ta vẫn quen (tần suất thấp hơn, theo cách khác).

Trẻ tự kỷ không thích giao tiếp.

X Thường trẻ muốn giao tiếp, nhưng bằng cách khác.

Trẻ tự kỷ không quan trọng tình bạn.

X Có quan trọng, nhưng không biết cách kết bạn và duy trì quan hệ.

Trẻ tự kỷ không quan tâm đến môi trường xung quanh.

X Có quan tâm, nhưng không biết phản ứng vì bị hạn chế về khả năng xã hội và giao tiếp.

Trẻ có trí tưởng tượng phong phú, trẻ không bị tự kỷ.

X Trí tưởng tượng không phải là tiêu chuẩn để đánh giá không bị tự kỷ. Tuy nhiên, thế giới tưởng tượng có tính lặp đi lặp lại và ranh giới

giữa tưởng tượng và thực tại không nhất thiết phải rõ ràng.

Tự kỷ là nhãn mác và gây ra kỳ thị không cần thiết.

X Phần lớn các trường hợp thực hiện chẩn đoán đều đưa đến các bước trị liệu hiệu quả và thấu hiểu các khó khăn ở trẻ.

Có thể nhận biết tự kỷ từ cái nhìn đầu tiên.

X Không phải vậy. Để xác định chẩn đoán cần phải kiểm tra chi tiết do bác sĩ chuyên khoa thực hiện.

Xét nghiệm gen có thể xác định tự kỷ.

X Tự kỷ không phải là rối loạn gen, mặc dù ở đây có sự ảnh hưởng từ gen, nhưng việc chẩn đoán được xác định dựa trên cơ sở những tiêu chuẩn chẩn đoán.

Trẻ tự kỷ là thiên tài.

X Trẻ tự kỷ chức năng cao có thể vượt trội trong một số lĩnh vực và là những trẻ trên trung bình. Thế nhưng, phần lớn trẻ ASD bị cả thiếu năng trí tuệ.



DOPORUČENÍ

- Snažte se **poruchu přijmout** a vyhýbat se obviňování. Nenechte se znervózit nepochopením ze strany okolí.
- **Obraťte se na odborníky.** Vyhledejte sdružení a organizace pomáhající osobám s autismem. Buďte **otevření vůči podpoře** ze strany druhých.
- **Nezaměřujte se jen na dítě.** **Pečujte o sebe**, nezanedbávejte vlastní zájmy, udržujte sociální kontakty.
- **Hledejte způsoby komunikace** s dítětem (přes obrázky nebo jiné vizuální symboly, prostřednictvím znaků). Sledujte, jak dítě reaguje, jak se snaží dospělého kontaktovat, jak dává najevo své potřeby a přání.

- **Mluvte jednoznačně a srozumitelně.** Pokládejte jednoduché otázky, na které lze odpovědět ano či ne. Neodbíhejte od tématu, užívejte krátké věty. Nebojte se otázku zopakovat.
- Ve svém chování **buďte předvídatelní**, mluvte s dítětem o tom, co se chystáte udělat.
- **Vyjádřete pochopení. Snažte se pochopit**, co pro dítě autismus znamená. **Nepožadujte** od dítěte **příliš mnoho**.
- **Plánujte.** Plán dítěti pomůže v orientaci v průběhu dne.
- **Buďte trpěliví.**



ZDROJE

<https://www.vfn.cz/pacienti/kliniky-ustavy/psychiatricka-klinika>



LỜI KHUYÊN

- Cố gắng **chấp nhận rối loạn** và tránh buộc tội. Đừng để bản thân mất bình tĩnh vì thiếu sự cảm thông từ môi trường xung quanh.
- **Tìm đến các chuyên gia. Tìm kiếm các hội nhóm và tổ chức** giúp đỡ những người tự kỷ. Cởi mở với sự trợ giúp từ người khác.
- **Đừng chỉ tập trung vào trẻ. Chăm sóc bản thân**, đừng bỏ bê sở thích cá nhân, hãy duy trì các mối quan hệ xã hội.
- **Tìm cách giao tiếp** với trẻ (bằng hình ảnh hoặc biểu tượng trực quan, thông qua các ký tự). Theo dõi cách trẻ phản ứng, cách cố gắng giao tiếp với người lớn, cách thể hiện nhu cầu và mong muốn.
- **Nói mạch lạc và dễ hiểu.** Đặt những câu hỏi đơn giản để trẻ có thể trả lời có hoặc không. Không nói lạc đề, hãy sử dụng những câu ngắn. Đừng ngần ngại lặp lại câu hỏi.
- **Dễ đoán** trong cách hành xử, nói cho trẻ biết bạn định làm gì.
- **Thể hiện sự thông cảm. Cố gắng hiểu** tự kỷ đối với trẻ là gì. **Đừng đòi hỏi trẻ quá nhiều điều.**
- **Lên kế hoạch.** Kế hoạch giúp trẻ nắm bắt được quá trình của một ngày.
- **Hãy nhẫn nại.**

NGUỒN

<https://www.vfn.cz/pacienti/kliniky-ustavy/psychiatricka-klinika/>



Spolufinancováno
Evropskou unií



Iceland 
Liechtenstein
Norway grants



Příručka je výstupem projektu „Edukačně terapeutické centrum VFN v Praze“
podpořeného z Fondů EHP/Norska 2014-2021.



Spolufinancováno
Evropskou unií

Iceland
Liechtenstein
Norway grants

VFN PRAHA
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE

Sổ tay là kết quả của dự án "Trung tâm Giáo dục Trị liệu Bệnh viện Đa khoa Đại học Y tại Praha" do Quỹ Khu vực Kinh tế châu Âu/Na Uy 2014-2021 tài trợ.