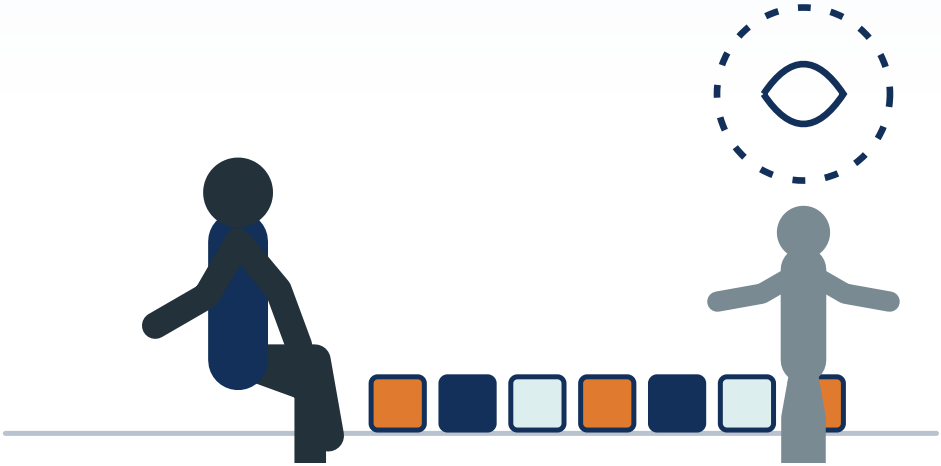
स्वमग्नता (ऑटिझम स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर)

ऑटिझम



डॉ. आनंद दिवाण

कन्सल्टंट न्यूरॉलॉजिस्ट · प्रौढ व लहान मुले
मेंदू, मणका, नस व स्नायू विकार तज्ज्ञ

MBBS, DNB (Neurology) · MMC Reg. No. 88279

नारायणी हॉस्पिटल **0253 2224411**
डॉ. आनंद दिवाण न्यूरॉलॉजी क्लिनिक **0253 2472111**

अपॉइंटमेंटसाठी स्कॅन करा

आपल्या क्लिनिकमध्ये खालील आजारांवर उपचार होतात

- फिट / आकडी / झटके (एपिलेप्सी)
- अर्धांगवायू (पॅरालिसिस, स्ट्रोक)
- वारंवार डोके दुखणे, मायग्रेन
- चक्कर येणे, तोल जाणे
- पार्किन्सन, हात-पाय थरथरणे, हालचाली मंदावणे
- स्मरणशक्ती कमी होणे (डिमेन्शिया)
- मान व पाठदुखी, सायटिका, मणक्याचे विकार
- हात-पायांना मुंग्या येणे, जळजळ (न्यूरोपॅथी)
- स्नायूंची ताकद कमी होणे
- अपघातात मेंदूला मार लागणे
- रात्री झोप न येणे
- लहान मुलांमध्ये फिट येणे, उशिरा चालणे-बोलणे, वाढीतील अडचणी

नारायणी हॉस्पिटलमध्ये एकाच छताखाली तपासण्या

EEG · व्हिडिओ EEG · EMG / NCS · VEP · BERA · VNG (चक्कर तपासणी) · CT ब्रेन · CSF तपासणी · सर्व रक्त तपासण्या

प्रत्येकाला तपासण्यांची गरज नसते. गरज असल्यास कोणती व का, हे डॉक्टर समजावून सांगतात.

ऑटिझम म्हणजे काय?

ऑटिझम ही मेंदूच्या विकासाशी संबंधित अवस्था आहे. यात मुलाचे **संवाद साधणे**, **खेळणे व लोकांमध्ये मिसळणे** आणि **वागणे** यांवर परिणाम होतो.

याला **'स्पेक्ट्रम'** म्हणतात कारण प्रत्येक मुलात ते वेगळे असते – काही मुले अजिबात बोलत नाहीत, तर काही चांगले बोलतात पण मित्र बनवणे त्यांना अवघड जाते.



हे सामान्य आहे – सुमारे **६८ पैकी १ मूल**. मुलींपेक्षा मुलांमध्ये सुमारे ४ पट जास्त. लक्षणे बहुधा ३ वर्षांच्या आत दिसू लागतात.

मुख्य दोन भाग

- संवाद व सामाजिक देवाणघेवाणीत अडचण
- एकच गोष्ट पुन्हा पुन्हा करणे व मर्यादित आवडी

हे कशामुळे होते?

ऑटिझम मुख्यतः **जनुकांमुळे (जीन्स)** आणि लहानपणी मेंदूच्या विकासातील फरकामुळे होतो. **पालकांच्या संगोपनामुळे** किंवा मुलाला एकटे ठेवल्यामुळे होत नाही.

- अनुवंशिकता – लहान भावंडाला शक्यता जास्त
- आई-वडिलांचे जास्त वय
- खूप अपुऱ्या दिवसांचा जन्म, जन्मावेळचे त्रास
- काही जनुकीय आजार (उदा. फ्रॅजाइल एक्स)

गैरसमज आणि सत्य

✕ लसीमुळे (MMR) ऑटिझम होतो.	✓ १२ लाखांहून अधिक मुलांच्या अभ्यासात कोणताही संबंध नाही. लस वेळेवर द्या.
✕ मोबाईल / टीव्हीमुळे ऑटिझम होतो.	✓ स्क्रीनमुळे ऑटिझम होत नाही, पण बोलणे व लक्ष अजून बिघडते. स्क्रीन कमीत कमी ठेवा.
✕ विशेष आहाराने (ग्लुटेन-फ्री) ऑटिझम बरा होतो.	✓ याचा पुरावा नाही. सल्ल्याशिवाय आहार बंद करू नका.
✕ आपोआप बोलू लागेल.	✓ वाट पाहू नका. लवकर थेरपी केल्यास सर्वात चांगले परिणाम.

लक्षणे कशी ओळखावी?

वयानुसार धोक्याची चिन्हे

- ६ महिने – हसणे किंवा आवाज (बडबड) नाही
- १२ महिने – बोट दाखवणे, टाटा करणे नाही; नावाने हाक मारल्यास प्रतिसाद नाही
- १६ महिने – एकही शब्द नाही
- २ वर्षे – दोन शब्द जोडून बोलत नाही
- **कोणत्याही वयात – आलेले शब्द किंवा कौशल्ये कमी होणे**

संवाद व सामाजिक

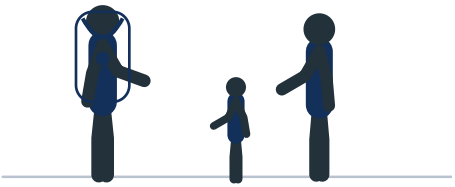
- नजरेला नजर कमी देतो; वस्तू दाखवत नाही
- हवे ते मिळवण्यासाठी पालकांचा हात साधनासारखा वापरतो
- शब्द किंवा टीव्हीतील वाक्ये परत परत बोलतो
- एकटे खेळायला आवडते

वागणूक

- हात फडफडवणे, झुलणे, गोल फिरणे, चवड्यावर चालणे
- खेळणी रांगेत लावणे; तोच खेळ पुन्हा पुन्हा
- छोट्या बदलानेही खूप अस्वस्थ
- आवाज / स्पर्शाला अति-संवेदनशील किंवा वेदना न जाणवणे

निदान कसे केले जाते?

मुलाचे **बारकाईने निरीक्षण** आणि पालकांकडून सविस्तर माहिती घेऊन, प्रमाणित तपासणी-सूची व साधने (उदा. M-CHAT, ADOS) वापरून ऑटिझमचे निदान होते.



- प्रत्येक मुलाची **ऐकण्याची तपासणी (BERA)** – बहिरेपणा वगळण्यासाठी
- **जनुकीय तपासणी** (क्रोमोसोमल मायक्रोॲरे) – काही मुलांमध्ये कारण सापडते
- ईईजी – फक्त फिट्स किंवा बोलणे कमी झाल्यास
- एमआरआय किंवा इतर तपासण्या – डॉक्टरांना विशिष्ट कारण वाटल्यासच

> केसांची, शौचाची किंवा लघवीतील 'विषारी घटकांची' तपासणी ऑटिझमसाठी उपयोगी नाही.

उपचार

लवकर थेरपी

वर्तन थेरपी (ABA), स्पीच थेरपी, ऑक्युपेशनल थेरपी व विशेष शिक्षण. शक्य तितक्या लवकर – ३ वर्षांच्या आधीच सुरू करा.

पालक हेच थेरपिस्ट

घरी रोज मुलाशी खेळण्याच्या व बोलण्याच्या सोप्या पद्धती पालक शिकतात.

औषधे

ऑटिझम बरा करणारे औषध नाही. राग, स्वतःला इजा करणे, अतिचंचलता, झोप न लागणे किंवा फिट्ससाठी औषधे मदत करतात.

इतर त्रासांवर उपचार

फिट्स, झोपेच्या तक्रारी, बद्धकोष्ठता, खाण्याच्या अडचणी सामान्य असून त्यांवर उपचार शक्य आहेत.

चिलेशन, स्टेम सेल यांसारखे सिद्ध न झालेले 'उपाय' टाळा – ते खर्चिक व धोकादायक असू शकतात.

पालकांनी काय करावे?



- छोट्या, सोप्या शब्दांत बोला; मूल जे पाहते त्याचे नाव सांगा
- समोरासमोर बसून खेळा; त्याच्या आवडीत सामील व्हा
- ठरलेली दिनचर्या ठेवा; चित्रांचे वेळापत्रक वापरा
- मोबाईल / टीव्ही टाळा; प्रत्यक्ष खेळ व बोलणे वाढवा
- कोणत्याही बदलाआधी मुलाला तयार करा
- भटकणाऱ्या मुलाजवळ ओळखपत्र ठेवा – पाणी व रस्त्याजवळ विशेष काळजी
- स्वतःचीही काळजी घ्या; पालक-सहाय्य गटात सहभागी व्हा

लक्षात ठेवा

- थेरपी जितकी लवकर, परिणाम तितका चांगला.
- ऑटिझम असलेले प्रत्येक मूल शिकू व सुधारू शकते.
- प्रेम, संयम आणि दिनचर्या खूप मदत करतात.

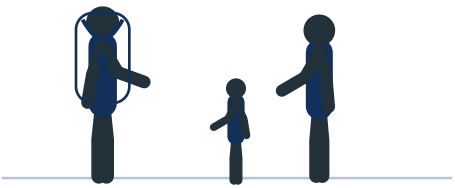
डॉक्टरांना केव्हा भेटावे?

लगेच डॉक्टरांना भेटा जर –

- आलेले शब्द किंवा कौशल्ये कमी होत असतील
- फिट्स किंवा नजर स्थिर होणे
- स्वतःला इजा करणे किंवा तीव्र आक्रमकता
- झोपेचा तीव्र त्रास
- मूल खात नसेल किंवा वजन कमी होत असेल

भेटीला येताना सोबत आणा

- जुने रिपोर्ट, स्कॅन व प्रिस्क्रिप्शन
- मूल सध्या घेत असलेल्या औषधांची यादी
- शाळेच्या वह्या, प्रगतिपुस्तक व शिक्षकांचे शेरे
- त्रासाचे छोटे मोबाईल व्हिडिओ (फिट्स, वागणूक, चालणे)
- जन्माचे व लसीकरणाचे कार्ड



डॉक्टरांना विचारायचे प्रश्न

भेटीपूर्वी आपले प्रश्न येथे लिहून ठेवा, म्हणजे काहीही विसरणार नाही.

प्रगती नोंदवही

दर आठवड्याला झालेले बदल लिहा आणि प्रत्येक भेटीत हे पान दाखवा.

तारीख	काय दिसले / बदल	थेरपी / औषध

अपॉइंटमेंटसाठी

सोमवार ते शनिवार · रविवारी बंद

नारायणी हॉस्पिटल

तपासणी, सर्व टेस्ट व ॲडमिशन

श्री वल्लभ नगर, हॉटेल छानच्या मागे, मुंबई नाक्याजवळ, नाशिक ४२२००९

तपासणी: सकाळी ११ ते दुपारी ३ · टेस्ट: सकाळी १० ते सायं. ५

हॉस्पिटल इमर्जन्सीसाठी २४ तास सुरू

0253 2224411

डॉ. आनंद दिवाण न्यूरॉलॉजी क्लिनिक

संध्याकाळची तपासणी

११, यशिका प्लाझा, सत्यम स्वीटजवळ, गोविंद नगर, नाशिक ४२२००९

तपासणी: सायं. ६ ते रात्री ८

0253 2472111

अपॉइंटमेंटसाठी स्कॅन करा

किंवा WhatsApp वर बुक करा

83900 00385 · 93702 54026

WhatsApp फक्त अपॉइंटमेंटसाठी आहे.

narayanihospitalfrontdesk@gmail.com

www.diwanneurology.com

अधिक माहिती ऑनलाइन

डॉ. आनंद दिवाण · MBBS, DCH, DNB (Pediatrics), DNB (Neurology), PGDDN · MMC Reg. No. 88279

ही पुस्तिका सर्वसाधारण माहितीसाठी आहे; डॉक्टरांच्या सल्ल्याला पर्याय नाही. इमर्जन्सीमध्ये जवळच्या हॉस्पिटलमध्ये जा.