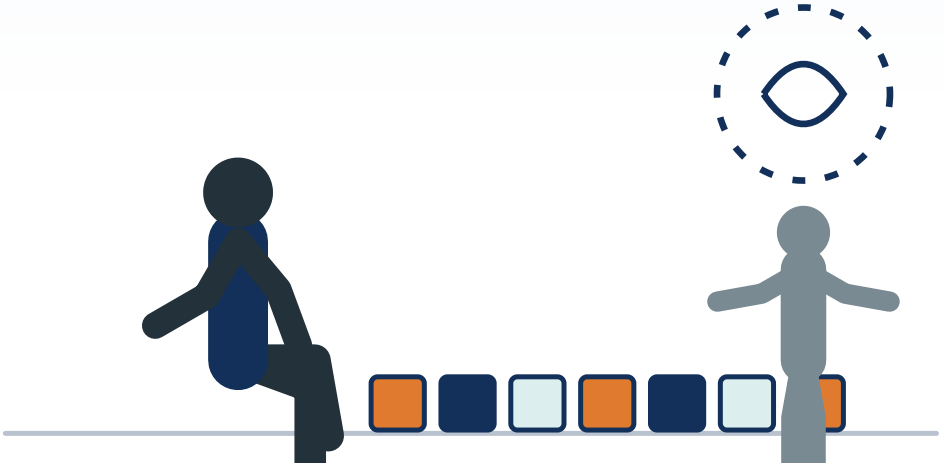
स्वलीनता (ऑटिज़्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर)

ऑटिज़्म



डॉ. आनंद दिवाण

कंसल्टेंट न्यूरोलॉजिस्ट · वयस्क और बच्चे
दिमाग, रीढ़, नस और मांसपेशी रोग विशेषज्ञ

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

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

अपॉइंटमेंट के लिए स्कैन करें

हमारे क्लिनिक में इन बीमारियों का इलाज होता है

- मिर्गी, दौरे, झटके (एपिलेप्सी)
- लकवा (पैरालिसिस, स्ट्रोक)
- बार-बार सिरदर्द, माइग्रेन
- चक्कर आना, संतुलन बिगड़ना
- पार्किंसन, हाथ-पैर काँपना, धीमापन
- याददाश्त कम होना (डिमेंशिया)
- गर्दन और कमर दर्द, सायटिका, रीढ़ की समस्याएँ
- हाथ-पैरों में झुनझुनी, जलन (न्यूरोपैथी)
- मांसपेशियों की कमज़ोरी
- दुर्घटना में सिर की चोट
- रात में नींद न आना
- बच्चों में दौरे, देर से चलना-बोलना, विकास में देरी

नारायणी हॉस्पिटल में एक ही छत के नीचे जाँचें

EEG · वीडियो EEG · EMG / NCS · VEP · BERA · VNG (चक्कर की जाँच) · CT ब्रेन · CSF जाँच · सभी खून की जाँचें

हर किसी को जाँच की ज़रूरत नहीं होती। ज़रूरत होने पर कौन-सी और क्यों, यह डॉक्टर समझाते हैं।

ऑटिज़्म क्या है?

ऑटिज़्म मस्तिष्क के विकास से जुड़ी एक अवस्था है। इसमें बच्चे के **संवाद करने**, **खेलने व लोगों से घुलने-मिलने** और **व्यवहार** पर असर पड़ता है।

इसे **'स्पेक्ट्रम'** कहते हैं क्योंकि हर बच्चे में यह अलग होता है – कुछ बच्चे बिल्कुल नहीं बोलते, तो कुछ अच्छा बोलते हैं पर दोस्त बनाना उनके लिए कठिन होता है।



यह आम है – लगभग **६८ में से १ बच्चा**। लड़कियों की तुलना में लड़कों में लगभग ४ गुना अधिक। लक्षण आमतौर पर ३ साल की उम्र से पहले दिखते हैं।

दो मुख्य क्षेत्र

- संवाद और सामाजिक मेल-जोल में कठिनाई
- एक ही काम बार-बार करना और सीमित रुचियाँ

यह क्यों होता है?

ऑटिज़्म मुख्यतः **जीन** और शुरुआती मस्तिष्क विकास में अंतर के कारण होता है। यह **माता-पिता की परवरिश** या बच्चे को अकेला छोड़ने से नहीं होता।

- वंशानुगत – छोटे भाई-बहन में संभावना अधिक
- माता-पिता की अधिक उम्र
- बहुत समय से पहले जन्म, जन्म के समय की समस्याएँ
- कुछ आनुवंशिक रोग (जैसे फ्रैजाइल एक्स)

भ्रम और सच्चाई

✕ टीके (MMR) से ऑटिज़्म होता है।	✓ १२ लाख से अधिक बच्चों के अध्ययन में कोई संबंध नहीं। टीके समय पर लगवाएँ।
✕ मोबाइल / टीवी से ऑटिज़्म होता है।	✓ स्क्रीन से ऑटिज़्म नहीं होता, पर बोलना और ध्यान बिगड़ता है। स्क्रीन कम से कम रखें।
✕ विशेष आहार (ग्लूटेन-फ्री) से ऑटिज़्म ठीक होता है।	✓ इसका प्रमाण नहीं। बिना सलाह भोजन बंद न करें।
✕ अपने आप बोलने लगेगा।	✓ इंतज़ार न करें। जल्दी थेरेपी से सबसे अच्छे परिणाम मिलते हैं।

लक्षण कैसे पहचानें?

उम्र के अनुसार चेतावनी संकेत

- ६ महीने – मुस्कान या आवाज़ें (बड़बड़ाना) नहीं
- १२ महीने – उँगली से इशारा, टाटा करना नहीं; नाम पुकारने पर प्रतिक्रिया नहीं
- १६ महीने – एक भी शब्द नहीं
- २ वर्ष – दो शब्द जोड़कर नहीं बोलता
- **किसी भी उम्र में – सीखे हुए शब्द या कौशल कम होना**

संवाद और सामाजिक

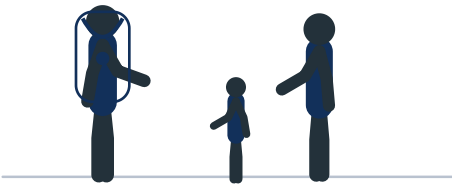
- आँख से आँख कम मिलाता है; चीज़ें नहीं दिखाता
- चाहिए चीज़ पाने के लिए माता-पिता का हाथ औज़ार की तरह इस्तेमाल करता है
- शब्द या टीवी की लाइनें बार-बार दोहराता है
- अकेले खेलना पसंद करता है

व्यवहार

- हाथ फड़फड़ाना, झूलना, गोल घूमना, पंजों पर चलना
- खिलौने लाइन में लगाना; वही खेल बार-बार
- छोटे बदलाव से भी बहुत परेशान
- आवाज़ / स्पर्श के प्रति अति-संवेदनशील या दर्द महसूस न होना

निदान कैसे होता है?

बच्चे के **ध्यानपूर्वक अवलोकन** और माता-पिता से विस्तृत जानकारी लेकर, मानक जाँच-सूचियों और उपकरणों (जैसे M-CHAT, ADOS) से ऑटिज़्म का निदान होता है।



- हर बच्चे की **सुनने की जाँच (BERA)** – बहरापन हटाने के लिए
- **आनुवंशिक जाँच** (क्रोमोसोमल माइक्रोऐरे) – कुछ बच्चों में कारण मिलता है
- ईईजी – केवल दौरे या बोलना कम होने पर
- एमआरआई या अन्य जाँचें – केवल डॉक्टर को विशेष कारण लगे तब

> बालों, मल या पेशाब में 'ज़हरीले तत्वों' की जाँच ऑटिज़्म में उपयोगी नहीं है।

इलाज

जल्दी थेरेपी

व्यवहार थेरेपी (ABA), स्पीच थेरेपी, ऑक्यूपेशनल थेरेपी और विशेष शिक्षा। जितनी जल्दी हो सके – ३ साल से पहले ही शुरू करें।

माता-पिता ही थेरेपिस्ट

घर पर रोज़ बच्चे के साथ खेलने और बात करने के सरल तरीके माता-पिता सीखते हैं।

दवाइयाँ

ऑटिज़्म को ठीक करने वाली कोई दवा नहीं। गुस्सा, खुद को चोट पहुँचाना, अति-चंचलता, नींद न आना या दौरों में दवाइयाँ मदद करती हैं।

दूसरी समस्याओं का इलाज

दौरे, नींद की परेशानी, कब्ज़ और खाने की दिक्कतें आम हैं और इनका इलाज संभव है।

चिलेशन, स्टेम सेल जैसे अप्रमाणित 'इलाज' से बचें – ये महंगे और नुकसानदायक हो सकते हैं।

माता-पिता क्या करें?



- छोटे, सरल शब्दों में बात करें; बच्चा जो देख रहा है उसका नाम बताएँ
- आमने-सामने बैठकर खेलें; उसकी पसंद में शामिल हों
- तय दिनचर्या रखें; चित्रों वाली समय-सारणी इस्तेमाल करें
- मोबाइल / टीवी से बचें; असली खेल और बातचीत बढ़ाएँ
- किसी भी बदलाव से पहले बच्चे को तैयार करें
- भटकने वाले बच्चे के पास पहचान-पत्र रखें – पानी और सड़क के पास विशेष सावधानी
- अपना भी ध्यान रखें; अभिभावक-सहायता समूह से जुड़ें

याद रखें

- थेरेपी जितनी जल्दी, परिणाम उतना अच्छा।
- ऑटिज़्म वाला हर बच्चा सीख और सुधर सकता है।
- प्यार, धैर्य और दिनचर्या बहुत मदद करते हैं।

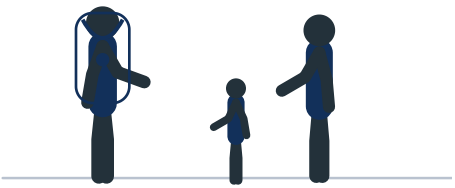
डॉक्टर से कब मिलें?

तुरंत डॉक्टर से मिलें अगर –

- सीखे हुए शब्द या कौशल कम हो रहे हों
- दौरे या कुछ पल के लिए खो जाना
- खुद को चोट पहुँचाना या तीव्र आक्रामकता
- नींद की गंभीर समस्या
- बच्चा खा न रहा हो या वज़न घट रहा हो

डॉक्टर से मिलने आते समय साथ लाएँ

- पुरानी रिपोर्ट, स्कैन और पर्चे
- बच्चा अभी जो दवाइयाँ ले रहा है उनकी सूची
- स्कूल की कॉपियाँ, रिपोर्ट कार्ड और शिक्षक की टिप्पणियाँ
- समस्या के छोटे मोबाइल वीडियो (दौरे, व्यवहार, चलना)
- जन्म और टीकाकरण का कार्ड



डॉक्टर से पूछने के सवाल

मिलने से पहले अपने सवाल यहाँ लिख लें, ताकि कुछ भूलें नहीं।

प्रगति डायरी

हर हफ़्ते बदलाव लिखें और हर बार डॉक्टर को यह पन्ना दिखाएँ।

तारीख	क्या देखा / बदलाव	थेरेपी / दवा

अपॉइंटमेंट

सोमवार से शनिवार · रविवार बंद

नारायणी हॉस्पिटल

परामर्श, जाँचें व भर्ती

श्री वल्लभ नगर, छान होटल के पीछे, मुंबई नाका के पास, नाशिक ४२२००९

परामर्श: सुबह ११ – दोपहर ३ · जाँचें: सुबह १० – शाम ५

इमरजेंसी के लिए हॉस्पिटल २४ घंटे खुला

0253 2224411

डॉ. आनंद दिवाण न्यूरोलॉजी क्लिनिक

शाम का परामर्श

११, यशिका प्लाज़ा, सत्यम स्वीट के पास, गोविंद नगर, नाशिक ४२२००९

परामर्श: शाम ६ – रात ८

0253 2472111

अपॉइंटमेंट के लिए स्कैन करें

या WhatsApp पर बुक करें

83900 00385 · 93702 54026

WhatsApp केवल अपॉइंटमेंट के लिए है।

narayanihospitalfrontdesk@gmail.com

www.diwanneurology.com

ऑनलाइन और जानकारी

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

यह पुस्तिका सामान्य जानकारी के लिए है; डॉक्टर की सलाह का विकल्प नहीं है। इमरजेंसी में नज़दीकी अस्पताल जाएँ।