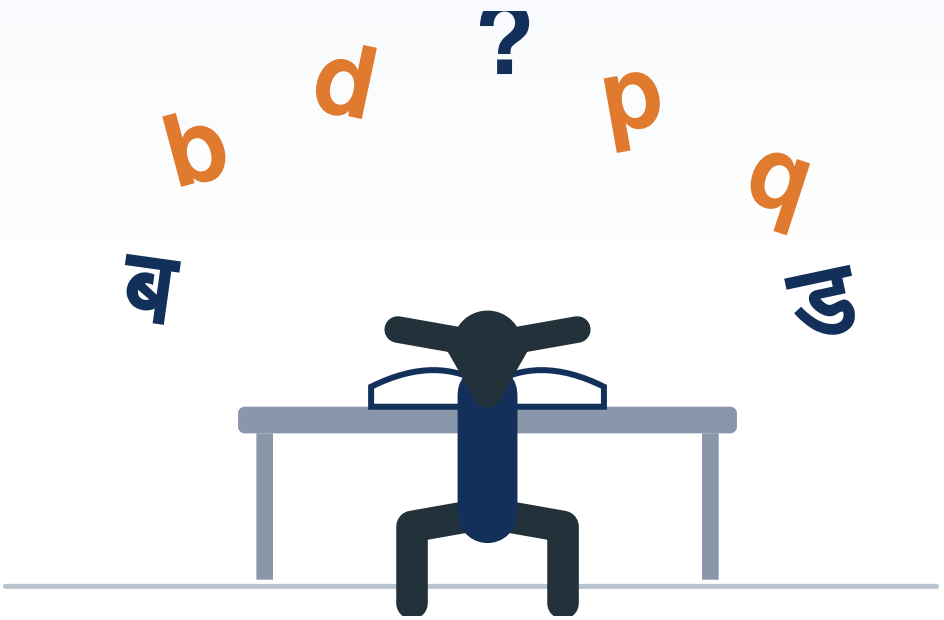
पढ़ने-लिखने की विशेष कठिनाई

डिस्लेक्सिया



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

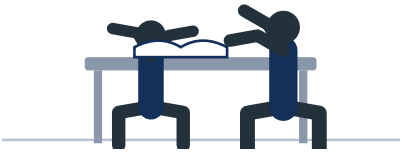
हर किसी को जाँच की ज़रूरत नहीं होती। ज़रूरत होने पर कौन-सी और क्यों, यह डॉक्टर समझाते हैं।

डिस्लेक्सिया क्या है?

बच्चा **होशियार** हो, आँखें और कान ठीक हों और अच्छी तरह पढ़ाया जाए, फिर भी **पढ़ना और वर्तनी (स्पेलिंग)** सीखने में होने वाली विशेष कठिनाई को डिस्लेक्सिया कहते हैं।

बच्चे को अक्षर और उसकी ध्वनि को जोड़ने में कठिनाई होती है। इसलिए पढ़ना धीमा, थकाने वाला और गलतियों से भरा होता है।

c - a - t



यह आम है – लगभग **५ में से १ बच्चे** को पढ़ने में कुछ कठिनाई होती है। डिस्लेक्सिया वाले ज़्यादातर बच्चे होशियार, रचनात्मक और सोचने-समझने में अच्छे होते हैं।

डिस्लेक्सिया यह नहीं है

- कम बुद्धि
- आलस या रुचि की कमी
- आँखों की खराबी

यह क्यों होता है?

मस्तिष्क के **बाएँ भाग का पढ़ने वाला हिस्सा** कम कुशलता से काम करता है। बोले गए शब्द को छोटी-छोटी ध्वनियों में तोड़ना बच्चे के लिए कठिन होता है – जैसे क-म-ल।

- वंशानुगत – माता-पिता को पढ़ने में कठिनाई रही हो तो बच्चे में संभावना अधिक
- कई जीन ज़िम्मेदार; माता-पिता की किसी गलती से नहीं होता
- जन्म से होता है; स्कूल शुरू होने पर पता चलता है

भ्रम और सच्चाई

✕ वह b की जगह d लिखता है, तो डिस्लेक्सिया है।	✓ कई छोटे बच्चे ऐसा करते हैं। डिस्लेक्सिया ध्वनियों की समस्या है, उल्टे अक्षरों की नहीं।
✕ अपने आप सुधर जाएगा।	✓ मदद के बिना अंतर बना रहता है। जल्दी मदद सबसे अच्छी।
✕ ऐसे बच्चे सफल नहीं होते।	✓ सही सहारे से कई डॉक्टर, इंजीनियर, वकील, कलाकार बनते हैं।

लक्षण कैसे पहचानें?

स्कूल से पहले (३–५ वर्ष)

- देर से बोलना, तुतलाना जारी रहना
- कविताएँ / तुकबंदी सीख नहीं पाता
- अपने नाम के अक्षर नहीं पहचान पाता

स्कूल जाने वाले बच्चे

- धीमा, अटक-अटक कर, गलतियों भरा पढ़ना
- शब्दों का अंदाज़ा लगाता है, छोटे शब्द छोड़ देता है
- वर्तनी / स्पेलिंग बहुत कमज़ोर
- मिलती-जुलती ध्वनि वाले शब्दों में गड़बड़
- कोई पढ़कर सुनाए तो अच्छी तरह समझता है

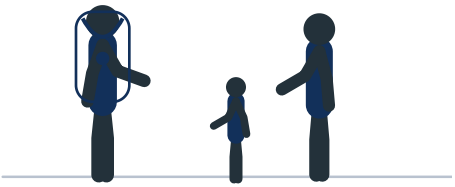
बड़े बच्चे व वयस्क

- पढ़ना धीमा और थकाने वाला ही रहता है
- परीक्षा में समय पर पेपर पूरा नहीं होता
- नई भाषा सीखना बहुत कठिन
- सही शब्द याद आने में देर

> पढ़ने में कमज़ोर बच्चे अक्सर सोचने, चित्रकारी, खेल या चीज़ें बनाने में अच्छे होते हैं ।

निदान कैसे होता है?

मनोवैज्ञानिक या विशेष शिक्षक द्वारा की गई **पढ़ने और बुद्धि (IQ) की जाँचें** तथा डॉक्टर की जाँच से डिस्लेक्सिया का निदान होता है।



- आँखों और कानों की जाँच – दूसरे कारण हटाने के लिए
- IQ जाँच – यह दिखाने के लिए कि बच्चे की बुद्धि सामान्य है
- पढ़ने की शुद्धता, गति, वर्तनी और ध्वनि-कौशल की जाँचें
- डॉक्टर की जाँच अक्सर सामान्य होती है; दौरे जैसी दूसरी समस्या हो तभी ईईजी या एमआरआई

तीसरी-चौथी कक्षा तक इंतज़ार न करें। माता-पिता को पढ़ने में कठिनाई रही हो और बच्चा देर से बोला हो या तुकबंदी न कर पाए, तो जल्दी जाँच कराएँ।

इलाज

जल्दी पढ़ना सिखाने का कार्यक्रम

अक्षर और ध्वनि को कदम-दर-कदम जोड़कर सिखाना (फ़ोनिक्स)। केजी या पहली कक्षा से शुरू करना सबसे अच्छा।

विशेष शिक्षक / उपचारात्मक शिक्षण

हफ़्ते में कई बार, एक-एक करके नियमित सत्र।

परीक्षा में छूट

अतिरिक्त समय सबसे उपयोगी मदद है। लेखक (राइटर), मौखिक परीक्षा, दूसरी / तीसरी भाषा में छूट – बोर्ड के नियम अनुसार (प्रमाणपत्र ज़रूरी)।

तकनीक

ऑडियो किताबें, पढ़कर सुनाने वाले ऐप, कंप्यूटर पर टाइपिंग।

डिस्लेक्सिया की अपनी कोई दवा नहीं है। साथ में एडीएचडी हो तो उसका अलग इलाज ज़रूरी है।

माता-पिता क्या करें?



- रोज़ बच्चे के साथ ज़ोर से पढ़ें
- तुकबंदी और ध्वनियों के खेल खेलें
- केवल अंकों की नहीं, मेहनत की तारीफ़ करें
- ऑडियो किताबें और कहानियाँ सुनने दें
- होमवर्क के लिए ज़्यादा समय दें; भाई-बहनों से तुलना न करें
- बच्चे की खूबियाँ बढ़ाएँ – चित्रकारी, खेल, संगीत, चीज़ें बनाना
- कक्षा-शिक्षक और स्कूल को बताएँ

याद रखें

- डिस्लेक्सिया आम है, बच्चे की गलती नहीं।
- मदद जितनी जल्दी, परिणाम उतना अच्छा।
- परीक्षा में अतिरिक्त समय से बड़ा फ़र्क पड़ता है।
- आपका बच्चा बहुत कुछ हासिल कर सकता है।

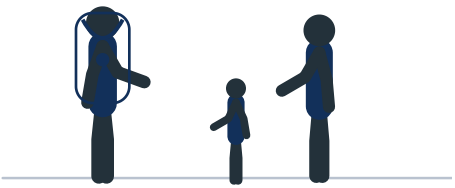
डॉक्टर से कब मिलें?

डॉक्टर से मिलें अगर –

- साथ में ध्यान की कमी या अति-चंचलता हो
- बोलना देर से शुरू हुआ हो
- कुछ पल के लिए खो जाना या दौरे आते हों
- बच्चे का आत्मविश्वास घट रहा हो, उदास हो या स्कूल जाने से मना करे
- सुनने या देखने को लेकर शंका 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।