

# **У ребенка РАС**



**Что делать  
дальше**

Вы услышали от врача диагноз  
аутизм \ РАС \ аутичное  
поведение \ атипичный аутизм \  
РДА ?

Или сами начали читать,  
спрашивать про странное  
поведение ребенка и наткнулись  
на такие диагнозы?

Скорее всего вы растеряны,  
напуганы и не знаете, что делать  
дальше.

Надеюсь это пособие поможет  
вам не паниковать и как можно  
скорее начать помогать своему  
ребенку.

@proautizm

Проявления аутизма могут быть заметны у грудных детей (впрочем, специалисты пока не пришли к единому мнению о том, что эти проявления можно достоверно характеризовать как РАС) и ярче проявляются после года. Очевидными симптомами аутизма становятся ближе к двум-трем годам.

## **Основные симптомы:**

### **1. Нарушения в сфере социального взаимодействия**

Нарушения социального взаимодействия — самые важные симптомы аутизма.

- Часто маленький ребенок с аутизмом ведет себя так, будто он настроен «на свою волну», он может не проявлять интереса к играм других детей и даже упорно отказываться от участия в общих играх, его бывает сложно заинтересовать чем-то, что ему предлагает взрослый, он не повторяет действия, движения и звуки за взрослыми.
- Ребенок может не замечать, дома родители или на работе, ушли куда-то или вернулись домой.
- Может расстраиваться, когда взрослый пытается включаться в его игры и поддерживать их.
- Может сидеть в кроватке один и громко, монотонно кричать, вместо того чтобы позвать маму.

- Может не проявлять интерес к играм других детей.
- Часто бывает сложно привлечь его внимание к игрушкам или книгам.
- Может не проявлять интереса к игре в прятки и к другим играм, основанным на взаимодействии с другими людьми.
- Не улыбается в ответ на улыбку.
- Не реагирует на свое имя.
- Может явно и отчаянно сопротивляться объятиям, поцелуям и не давать брать себя на руки ни родителям, ни другим людям.

## **2. Нарушения в сфере коммуникации**

Нарушения коммуникации – также ведущий симптом аутизма.

- Многие дети с аутизмом гораздо позже других начинают говорить и могут не использовать жесты.
- Вместо этого они пользуются руками других людей, подводят взрослых к тем предметам, с которыми хотят чтобы взрослые что-то делали, т.е. используют «управляемую руку» взрослого.

- Другие дети могут рано начинать говорить и запоминать много слов, но не используют их для того, чтобы общаться. Например, снова и снова повторяют любимые цитаты из мультфильмов и книжек или слова и фразы, услышанные от других.
- Часто дети с аутизмом хуже понимают обращенную к ним речь. Часто также они позже других детей начинают выполнять инструкции, может казаться, что они не слышат обращенные к ним слова.
- Избегают контакта «глаза-в-глаза».

### **3. Нарушения в поведении**

Третья группа обязательных для постановки диагноза РАС симптомов – своеобразие, ограниченность и стереотипность поведения, игр и интересов. Проявление симптомов этой группы очень разнообразно.

- Разглядывание предметов (лопастей вентилятора, кондиционеров). У наблюдателя возникает ощущение, что ребенок «прилип взглядом» и не может оторваться.
- Ребенок может часто кружиться вокруг своей оси.

- Может не играть с игрушками обычным способом, но крайне интересоваться какой-то частью игрушки (например, любит крутить колесо у машинки).
- Может вращать предметы, поднося их очень близко к лицу.
- Часто многократно взмахивает руками.
- Может не проявлять интереса к игрушкам и восхищаться обычными предметами, например, обогревателем.
- Расстановка игрушек в ряд; создание ряда самоценно, никакого сюжета не прослеживается.
- Может упорно пытаться есть несъедобные предметы: одежду, простыню, матрас, шторы.
- Может часто или подолгу перебирать, трясти или щелкать пальцами перед своими глазами.
- Часто и подолгу раскачиваться, сидя на месте и ничем больше не занимаясь.
- Бесконечно щелкать выключателем, зажигая и гася свет.

## Нарушения моторики

Особенности моторики не являются ведущими диагностическими критериями при постановке диагноза «аутизм». Но многие родители и специалисты отмечают различные варианты неравномерности моторных навыков у детей с РАС. Некоторые дети могут одновременно демонстрировать прекрасное владение телом в одной области и быть очень неловкими в другой.

- Нарушение оценки расстояния до предмета также может приводить к моторной неловкости.
- Плохая координация движений – научиться ходить по лестнице может оказаться очень трудной задачей для ребенка с аутизмом.
- Хождение на цыпочках.
- Часто ребенок не может захватывать и удерживать руками мелкие предметы
- Не может кататься на велосипеде или машинке-каталке с педалями.
- Поразительные способности к удержанию равновесия и одновременно заметная неуклюжесть.
- Может наблюдаться повышенное слюноотечение из-за проблем регуляции тонуса мышц рта и челюсти.

## **Особенности восприятия – обостренная чувствительность**

Дети с аутизмом могут быть очень чувствительными и с трудом переносить некоторые ощущения, которые другим кажутся вполне комфортными.

Гиперчувствительность может проявляться во всех видах ощущений, но иногда касается только каких-то определенных стимулов. По этой причине детям с аутизмом может быть очень тяжело в новой ситуации или обстановке.

Чем больше разнообразных стимулов вокруг, тем больше вероятность, что ребенок не справится с такой нагрузкой и потеряет контроль над собой.

- Может демонстрировать неприятие всего нового или редкого, например, свечей на именинном пироге или шариков.
- Ребенок может не переносить прикосновения к коже (сопротивляться раздеванию или мытью).
- Может не переносить прикосновения к голове и волосам, которые неизбежны при стрижке и мытье волос.
- Может не переносить обычные домашние запахи, особенно бытовой химии.
- Может не переносить музыку.

- Может иногда казаться глухим, не вздрагивать и не оборачиваться на громкие звуки, но в другое время реагировать на обычные или слабые звуковые раздражители.
- Может отказываться переодеваться или вообще надевать любую одежду, кроме нескольких определенных вещей.
- Может отказываться от ремней безопасности в детском кресле машины.

## **Причинение вреда самому себе**

В некоторых случаях стремление к необычным ощущениям или сниженная болевая чувствительность могут приводить к тому, что ребенок сам себе наносит травмы и причиняет вред. Это поведение встречается не очень часто, но вред бывает серьезным.

- Может вырывать у себя волосы клочьями.
- Может сильно стучать головой о твердую поверхность (пол, стены).
- Царапать и отдирать кожу и раневые поверхности (корочки).
- Может кусать себя.

## **Расстройства желудочно-кишечного тракта**

У многих детей с аутизмом встречаются частые расстройства желудочно-кишечного тракта.

- Ребенок согласен есть чрезвычайно ограниченный набор продуктов, и/или у него имеется повышенная чувствительность к вкусу пищи.
- У ребенка часто бывает понос.
- В стуле имеется непереваренная пища.
- Ребенок часто страдает запорами.

## **Нарушение чувства опасности**

Иногда при аутизме бывает нарушено чувство опасности. В этом случае ребенок может вести себя так, будто у него нет инстинкта самосохранения, он не распознает ситуации, требующие осторожности, может стремиться к опасности и нарушать правила безопасности в одной и той же ситуации снова и снова, несмотря на полученный прежде негативный опыт.

Многие дети с аутизмом, наоборот, боязливы и тревожны.

Если же у ребенка чувство опасности снижено, то за ним нужно очень внимательно наблюдать: такое поведение может приводить к серьезным травмам.

## **Нарушения сна**

Многие дети с аутизмом подвержены нарушениям сна. Дети могут не различать день и ночь, оставаясь одинаково активными в любое время суток, их может быть трудно уложить спать, они могут часто просыпаться ночью. Периоды сна могут быть очень короткими: один-два часа.

## **Чем отличается синдром Аспергера/ высокофункциональный аутизм от классического аутизма?**

По сравнению с классическим аутизмом, дети с синдромом Аспергера/ высокофункциональным аутизмом имеют нормальный коэффициент интеллектуального развития. Они часто кажутся окружающим такими же детьми, как и все остальные, за исключением социальной неловкости и не совсем понятных манер. Именно по этой причине медицинские работники могут не замечать синдром Аспергера/высокофункциональный аутизм у маленьких пациентов, либо они могут ставить им неверный диагноз. Симптомы становятся заметны позже, когда ребенок начинает нуждаться в сложных социальных навыках – например, в общении с ровесниками.

## Причины аутизма

Ребенок с аутизмом может появиться в любой семье, вне зависимости от достатка, образования, социального статуса родителей. В том, что у ребенка аутизм, нет ничьей вины. Аутизм – это расстройство, в возникновении которого играет роль комплекс факторов. Большую роль играют генетические факторы: нарушения на уровне генов, молекул, хранящих в себе информацию о том, как должен формироваться и развиваться человеческий организм.

Но чаще аутизм возникает в результате взаимодействия генетических факторов и факторов среды, в которой развивается ребенок.

Установлено, что в возникновении аутизма играют роль экология, состояние организма матери во время подготовки к беременности, течение беременности и родов, а также некоторые инфекции и некоторые лекарственные средства, принимаемые матерью во время беременности. Сочетание генетических и средовых факторов влияет на формирование головного мозга и изменяет развитие и поведение ребенка. Аутизм не возникает из-за небрежного, грубого или отстраненного отношения к ребенку.

# Диагностика аутизма

Критерии для постановки диагноза  
**РАССТРОЙСТВО АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА**  
согласно пятой редакции Руководства по диагностике  
и статистике психических расстройств (**DSM-5**),  
разработанной Американской Психиатрической Ассоциацией

Чтобы диагноз был поставлен, необходимо, чтобы наблюдались как минимум пять признаков из обеих групп, при этом из первой группы должны присутствовать все три признака, а из второй – хотя бы два.  
Необычное поведение должно иметь место в раннем детстве, ограничивая и затрудняя нормальную жизнедеятельность.

**1** **Нехватка навыков коммуникации и социального взаимодействия,**  
которая находит свое выражение во всех 3-х аспектах:

Недостаточный  
социально-эмоциональный  
контакт



Недостаточное умение  
понимать и использовать  
невербальные  
способы общения

Недостаточное умение развивать и поддерживать  
отношения и связи с другими людьми  
(с учетом возраста пациента)

**2** **Ограниченные и повторяющиеся  
шаблоны поведения, занятий и интересов,**  
которые проявляются как минимум в 2-х из 4-х аспектов:

Очень ограниченные  
неизменные интересы,  
которые ненормальны  
в силу концентрации  
на объекте увлечения

Чрезмерная приверженность  
к ритуалам или традициям или  
чрезмерное сопротивление  
к изменениям



Стереотипные  
и повторяющиеся  
движения, речь  
и использование объектов

Гипер- или гипо-  
чувствительность  
к сенсорным переживаниям  
или необычный интерес  
к сенсорным аспектам  
своего окружения

# ГЛАВНЫЕ ПРИЗНАКИ Расстройства Аутистического Спектра согласно DSM-5 и сопутствующие проблемы



## Разнообразие аутизма

<b>Коммуникация</b>	Невербальная	Вербальная			
<b>Социальное взаимодействие</b>	Отстранённое	Пассивное	Активное/странное		
<b>Стереотипное поведение Ограниченные интересы</b>	Невыраженные	Выраженные			
<b>Сенсорное восприятие</b>	Гипочувствительность	Гиперчувствительность			
<b>Стиль обучения</b>	Развитые визуально- пространственные способности	Визуальное обучение	Учится через двигательные навыки	Плохая исполнительная функция	Концентрация на деталях
<b>Уровень интеллекта (IQ)</b>	Глубокое снижение	Умеренное снижение	Пограничный	Средний	Одарённость



люди с аутизмом  
не хотят  
дружить



аутизм  
это  
интеллектуальная  
инвалидность



у людей  
с аутизмом  
не бывает  
романтических  
отношений



аутизм  
из-за  
плохих  
родителей



люди  
с аутизмом  
не бывают  
успешными  
и  
независимыми



дети с  
аутизмом  
не могут  
любить



# 10 мифов про Аутизм

у людей  
с аутизмом  
нет  
эмоций



повторяющееся  
поведение  
надо  
пресекать



у аутичных  
людей  
нет  
чувства  
юмора



эпидемия  
аутизма



источник

<https://www.facebook.com/unashamedvoices>

перевод

<https://exp-peters.ru>

Диагностика для родителей:

M-CHAT-R

АТЕС

Диагноз РАС может ставить только специалист с достаточной подготовкой на основании наблюдения за ребенком и анализа истории его развития.

Однако вы должны узнать, что сейчас есть гипердиагностика аутизма среди врачей. Это означает, что такой диагноз выставляется по характерным симптомам, но они могут присутствовать при множестве других заболеваний.

И ваша главная задача - понять, что же именно происходит с вашим ребенком.

Для этого нужен хороший диагност, а иногда и не один.

Поэтому не спешите отчаиваться и верить врачу, который выставил диагноз за 10 минут осмотра.

Проблема в том, что при любой задержке в развитии (какой бы ни была причина), обычно можно увидеть у ребенка аутичное поведение. Но это не означает, что у него аутизм. Просто ребенок, плохо понимающий речь, плохо говорящий начинает вести себя определенным образом, чтобы справиться с этим своим состоянием.

Что могут спутать с аутизмом: ЗРР, ЗПР, ЗПРР, темповую задержку развития, алалию, физические заболевания, которые дают общую задержку у детей (например, ВЧД, эпилепсия, нелеченный гипотиреоз, анемия и т.д.)

Поэтому чтобы помочь ребенку, прежде всего, мы должны знать причину его поведения.

Для этого нужно пройти определенные **обследования:**

- Консультация невролога
- Доплер сосудов головы и шеи (УЗДГ)
- ЭЭГ ночной! видеомониторинг
- Аудиограмма, КСВП
- NSE, S100, интерлейкин 1б,6,8, ФНО (кровь)
- Гормоны щитовидной железы: Т3св, Т4св, ТТГ, антитела ТПО и ТГ (кровь)
- Уровень железа: сывороточное железо, ОЖСС (ЛЖСС), ферритин, трансферрин, гликированный гемоглобин (кровь)
- Орг. кислоты мочи (60 шт.)

## **Какие терапии существуют:**

**АВА - терапия - читать**

**Логопед, дефектолог, психолог - читать**

**Нейрокоррекция - читать**

**Сенсорная интеграция - читать**

**Адаптивный спорт - читать**

**Арт-терапия - читать**

**Анималотерапия - читать**

**DIR Floortime - читать**

**Игровая терапия - читать**

**Эрготерапия - читать**

**Биомед - читать: 1 \ 2 \ 3 \ 4 \ 5**

**Аппаратные методики (Томатис, БАК, микрополяризация), ноотропы - можно делать только при чистом ночном! ЭЭГ и при отсутствии нейровоспаления (см. NSE, S100, интерлейкин 1б,6,8, ФНО)**

Отдельно выделю то, что часто предлагается сразу врачами - нейролептики - читать перед принятием решения обязательно!

**Все занятия важны, однако не соит перекладывать всю ответственность на специалистов - дома родителям всё нужно закреплять, тогда будет хороший более быстрый результат.**

## **Что можно сделать, если у вашего ребенка есть проблемы с развитием, но в вашем городе нет нужных специалистов:**

**1.** Как минимум, больше активности для ребенка - детские площадки, велосипед, ролики и прочее, зарядка и базовые физические упражнения дома. Делаем аналог занятий АФК.

**2.** Попробовать ввести базу АВА в домашнюю жизнь - основные принципы можно узнать и самим по книжкам.

Уже станет намного легче жить.

**3.** Занятия сенсорной интеграцией - можно изучить тему самим по книгам (Кэрол Сток Крановиц “Разбалансированный ребенок”, Э.Джин Айрес “Ребенок и сенсорная интеграция”, Э. Як, П. Аквилла, Ш. Саттон “Строим мостики”, У. Кислинг “Сенсорная интеграция в диалоге”).

А также можно вступить в группу по сенсорной интеграции и узнать, как самим заниматься дома - читать

4. Нейрокоррекция. Очень важна для развития детей с РАС. Но с ней нужно осторожнее, если не делали ночное ЭЭГ или есть эпилепсия. Тогда нужно, чтобы упражнения подбирал специалист. Но на самом начальном этапе упражнения по нейрокоррекции будут почти такими же, как в сенсорной интеграции, поэтому советую не тратить деньги и не составлять сразу и то, и то. Лучше сначала наладить сенсорные системы, потом обратиться уже к нейропсихологу.

5. Разобраться со здоровьем ребенка крайне важно - для начала почитать мои первые посты по домашней диагностике, тревожным симптомам в аккаунте [@pro.nutritio](https://www.instagram.com/pro.nutritio)

Книги, статьи, видео, вебинары про диагностику, терапии, обучение, речь, психологию детей с различными нарушениями развития - [скачать](#)

Как начать заниматься с ребенком дома - [читать](#)

## **К каким специалистам лучше не обращаться:**

1. Которые обещают полное и чудесное исцеление с помощью сомнительных методов - через консультацию по скайпу, через исцеление рода, через определенную молитву или действия и т.п.
2. Которые говорят, что ребенок не обучаем \ заниматься они смогут, только если ребенок будет пить лекарства \ никогда не пускают родителей на занятия и не показывают, что на них происходит.
3. Которые обещают прогресс через определенное количество времени (разговору ребенка за месяц и т.п.).
4. Которые говорят, что только их терапия самая лучшая и полезная, а остальные пробовать нельзя.
5. Которые назначают один набор препаратов для всех без предварительного обследования.

## **Самые распространенные проблемы, с которыми вы можете столкнуться:**

1. Депрессия, неприятие родственниками особенностей вашего ребенка - вам может помочь блог психолога @special\_parents
2. Стимы (стереотипии) ребенка - это любое бесцельное повторяющееся движение, звуки или слова. Для многих родителей стимулы означают в первую очередь то, что их ребенок выглядит непохожим на других во время игр на площадке или в парке, и что над ним скоро будут смеяться другие дети. Что делать - читать
3. Истерики, стресс, страхи у ребенка - читать
4. Как научить ждать - читать
5. Как помочь с коммуникацией - читать
6. Обеспечить безопасность ребенка - читать