自闭症

Autism

什么是自闭症?

- 定义：自闭症或自闭症谱系障碍（ASD）是一种发展障碍，影响一个人如何与他人沟通、互动和体验世界。
- 谱系：自闭症之所以被称为“谱系”，是因为它以不同的方式、不同程度地影响着人们。有些人可能需要大量支持，而有些人可能需要较少支持。

自闭症的原因是什么?

- 原因：自闭症的确切原因尚不清楚，但研究人员认为可能涉及：
  - 大脑发展：大脑发展的差异可能会导致自闭症。
  - 遗传因素：某些基因可能会使人更容易罹患自闭症。
  - 环境因素：环境中的物质，例如怀孕期间的毒素或感染，可能会产生影响。

有什么症状?

- 常见症状：自闭症症状可能有所不同，但可能包括：
  - 社交互动及理解社交线索有困难。
  - 沟通方面的挑战，例如言语迟缓或难以表达想法。
  - 重复行为，例如拍手或排列玩具。
  - 对特定主题或物体有浓厚的兴趣。
  - 对感官输入的敏感性，例如光、声音或纹理。

如何诊断自闭症?

- 诊断：为了诊断自闭症，医生可能：
  - 发展检查：定期检查孩子的发展。
  - 行为评估：观察孩子的行为和社交能力。
  - 言语和语言评估：使用特定测验来评估沟通和社交互动。

自闭症如何治疗?

- 治疗选择：虽然自闭症无法治愈，但各种治疗方法可以帮助：
  - 行为治疗：应用行为分析 等课程有助于教导新技能并减少挑战性行为。
  - 语言治疗：帮助提升沟通技巧，无论是透过言语或其他方法。
  - 职能治疗：支持日常生活技能和感觉统合。
  - 药物：有时会开处方来帮助控制焦虑或注意力问题等症状。

降低生出患有自闭症婴儿的风险的步骤

- 遗传咨询：如果您的家人患有自闭症，请咨询遗传咨询师以获取建议。

华人社区健康资源中心编译，2025 年版权所有
Copyright © 2025 Chinese Community Health Resource Center

- 健康怀孕:
  - 产前护理：定期检查。
  - 均衡饮食：吃健康食物，包括富含叶酸的食物。
  - 避免有害物质：远离酒精、烟草和毒品。
  - 管理压力：维持较低的压力水平。
- 接种疫苗：及时接种建议的疫苗；它们不会导致自闭症。
- 避免毒素：限制接触化学物质和污染物。
- 药物治疗：与您的医生讨论任何药物治疗。
- 健康体重：在怀孕前和怀孕期间保持健康的体重。
- 治疗感染：及时治疗任何感染。
- 随时了解情况：了解自闭症并遵循健康指南。

您可以做什么来支援自闭症患者?

- 自我教育：了解自闭症，以便更好地了解和支持自闭症谱系人士。
- 要有耐心：给他们时间表达自己并适应新情况。
- 鼓励兴趣：支持他们的热情和兴趣；这些可能是一种很好的联系方式。
- 制定常规：许多自闭症患者依靠一致性和可预测性而茁壮成长。

与自闭症相关的才能

- 对特定主题有强烈的注意力和记忆力。
- 在数学、音乐或艺术等领域有天份。
- 独特的视角有助于创意解决问题。

结论

了解自闭症对于支持自闭症谱系人士非常重要。有了正确的资讯、治疗和支持，自闭症患者可以过着充实的生活并为社区做出贡献。

欲了解更多资讯:

- 访问自闭症协会 Autism Society
- 查看疾病管制与预防中心关于自闭症的页面 Centers for Disease Control and Prevention (CDC) page on Autism
- 如果您对自闭症有疑问或疑虑，请咨询您的医生。

华人社区健康资源中心编译，2025 年版权所有
Copyright © 2025 Chinese Community Health Resource Center