自閉症
Autism

什麼是自閉症?

- 定義：自閉症或自閉症譜系障礙（ASD）是一種發展障礙，影響一個人如何與他人溝通、互動和體驗世界。
- 譜系：自閉症之所以被稱為“譜系”，是因為它以不同的方式、不同程度地影響著人們。有些人可能需要大量支持，而有些人可能需要較少支持。

自閉症的原因是什麼?

- 原因：自閉症的確切原因尚不清楚，但研究人員認為可能涉及：
  - 大腦發展：大腦發展的差異可能會導致自閉症。
  - 遺傳因素：某些基因可能會使人更容易罹患自閉症。
  - 環境因素：環境中的物質，例如懷孕期間的毒素或感染，可能會產生影響。

有什麼症狀?

- 常見症狀：自閉症症狀可能有所不同，但可能包括：
  - 社交互動及理解社交線索有困難。
  - 溝通方面的挑戰，例如言語遲緩或難以表達想法。
  - 重複行為，例如拍手或排列玩具。
  - 對特定主題或物體有濃厚的興趣。
  - 對感官輸入的敏感性，例如光、聲音或紋理。

如何診斷自閉症?

- 診斷：為了診斷自閉症，醫生可能：
  - 發展檢查：定期檢查孩子的發展。
  - 行為評估：觀察孩子的行為和社交能力。
  - 言語和語言評估：使用特定測驗來評估溝通和社交互動。

自閉症如何治療?

- 治療選擇：雖然自閉症無法治愈，但各種治療方法可以幫助：
  - 行為治療：應用行為分析 等課程有助於教導新技能並減少挑戰性行為。
  - 語言治療：幫助提升溝通技巧，無論是透過言語或其他方法。
  - 職能治療：支持日常生活技能和感覺統合。
  - 藥物：有時會開處方來幫助控制焦慮或註意力問題等症狀。

降低生出患有自閉症嬰兒的風險的步驟

- 遺傳諮詢：如果您的家人患有自閉症，請諮詢遺傳諮詢師以獲取建議。

華人社區健康資源中心編譯，2025 年版權所有
Copyright © 2025 Chinese Community Health Resource Center

- 健康懷孕:
  - 產前護理：定期檢查。
  - 均衡飲食：吃健康食物，包括富含葉酸的食物。
  - 避免有害物質：遠離酒精、煙草和毒品。
  - 管理壓力：維持較低的壓力水平。
- 接種疫苗：及時接種建議的疫苗；它們不會導致自閉症。
- 避免毒素：限制接觸化學物質和污染物。
- 藥物治療：與您的醫生討論任何藥物治療。
- 健康體重：在懷孕前和懷孕期間保持健康的體重。
- 治療感染：及時治療任何感染。
- 隨時了解情況：了解自閉症並遵循健康指南。

您可以做什麼來支援自閉症患者?

- 自我教育：了解自閉症，以便更好地了解和支持自閉症譜係人士。
- 要有耐心：給他們時間表達自己並適應新情況。
- 鼓勵興趣：支持他們的熱情和興趣；這些可能是一種很好的聯繫方式。
- 制定常規：許多自閉症患者依靠一致性和可預測性而茁壯成長。

與自閉症相關的才能

- 對特定主題有強烈的注意力和記憶力。
- 在數學、音樂或藝術等領域有天份。
- 獨特的視角有助於創意解決問題。

結論

了解自閉症對於支持自閉症譜係人士非常重要。有了正確的資訊、治療和支持，自閉症患者可以過著充實的生活並為社區做出貢獻。

欲了解更多資訊:

- 訪問自閉症協會 Autism Society
- 查看疾病管制與預防中心關於自閉症的頁面 Centers for Disease Control and Prevention (CDC) page on Autism
- 如果您對自閉症有疑問或疑慮，請諮詢您的醫生。

華人社區健康資源中心編譯，2025 年版權所有
Copyright © 2025 Chinese Community Health Resource Center