# अटिजम स्पेक्ट्रम विकार तथ्यहरु

Autism Spectrum Disorder Fact Sheet (Nepali)

## अटिजम स्पेक्ट्रम विकार अथवा स्वलीन वर्णक्रम विकार के हो?

स्वलीन वर्णक्रम विकार (एएसडी) मस्तिष्कमा अन्तरका कारण हुने विकासीय अपाङ्गता हो। एएसडी पीडित मानिसहरुमा यस अन्तरको कारण वैज्ञानिकहरुले पनि आजसम्म खुट्याउन सकेका छैनन्। तथापि, एएसडी पीडित केही मानिसमा भने ज्ञात अन्तर रहेको हुन्छ, जस्तै आनुवंशिक स्थिति। एएसडीका असङ्ख्य कारण छन्, तर धेरै नै अझ पनि ज्ञात हुनसकेको छैन।

एएसडी पीडित मानिसहरु अन्यभन्दा अलग हुने वा देखिने त्यस्तो केही पनि नभए तापनि, तिनीहरुले गर्ने सम्पर्क, अन्तरक्रिया, व्यवहार अनि सिक्ने तरिका अन्यभन्दा अलग हुनेगर्दछ। एएसडी पीडित मानिसहरुको सिक्ने, सोच्ने र समस्या समाधान गर्ने क्षमता अति सक्षमदेखि अति नै अक्षम हुनसक्दछ। एएसडी पीडित केही मानिसलाई दैनिक जीवनका लागि धेरै सहायता आवश्यक पर्दछ भने कसैलाई त्यति चाहिँदैन।

एएसडी निदानको लागि विभिन्न स्थिति सामेल गरिएको छ, जसलाई पहिले अलग रूपमा निदान गरिन्थ्यो : स्वलीन विकार, व्याप्त विकासीय विकार जुन अन्यथा चिन्हित थिएन (पीडीडी-एनओएस) अनि एस्पर्जर लक्षण। यी स्थितिहरुलाई अहिले स्वलीन वर्णक्रम विकार भनिन्छ।

## एएसडीका केही लक्षणहरु के-के हुन्?

एएसडी पीडित मानिसहरुमा सामाजिक, भावनात्मक अनि सम्पर्क क्षमताको समस्या हुने गर्दछ। तिनीहरुले आफ्नो केही व्यवहार दोहोऱ्याइरहने र आफ्नो दैनिक गतिविधिमा परिवर्तन नचाहने हुनसक्छ। धेरै एएसडी मानिसमा सिक्ने, ध्यान दिने वा कुनै कुराको प्रतिक्रिया दिने तरिका अलग-अलग हुँन्छ। एएसडीको लक्षण बाल्यकालदेखि नै शुरु भई जीवनभरी कायम रहँदछ।

एएसडी पीडित नानी वा वयस्कले: रुचि दर्शाउन वस्तुमा नऔंल्याउन सक्छ

- (उदाहरणका लागि माथि उडिरहेको हवाई जहाजतर्फ इङ्गित गर्दैनन्)
- अरूले देखाएको वस्तुमाथि पनि नजर पुऱ्याउँदैनन्, अरूसँग झ्याउला मान्ने अथवा अरू मानिसमा रुचि नै नराख्ने हुँन्छन् आँखा जुझाउन मान्दैनन् र एक्लै बस्न रुचाउँछन्
- अरूको भावना बुझ्न कठिन पर्ने र आफ्नो भावना पनि व्यक्त गर्न नसक्ने हुन्छन्
- बोक्न वा अँगालोमा आउन मान्दैनन् अथवा तिनीहरुले चाहेको बेला मात्र मान्छन्
- अरूले बोलिरहेको बेला टोलाइरहन्छन्, तर अरू आवाजतर्फ प्रतिक्रिया दिन्छन्
- मानिसहरुमा चासो देखाए पनि कसरी बोल्ने, खेल्ने वा सम्बन्धित हुनेबारे जान्दैनन्
- तिनीहरुलाई भनिएको कुरा वा शब्द दोहोऱ्याउँछन्, सामान्य भाषाको साटो शब्द वा वाक्यांश दोहोऱ्याउँछन्
- कुनै विशेष शब्द वा इशाराको प्रयोगद्वारा आफ्नो इच्छा अनि आवश्यकता व्यक्त गर्न गाह्रो पर्दछ
- “नकल” गर्ने खेल खेल्दैनन्
- (उदाहरणका लागि गुडियालाई “खाना खुवाउने” नकल) कुनै कार्य दोहोऱ्याइ रहन्छन्
- नियम परिवर्तन भए त्यससँग तालमेल बसाउन कठिन पर्दछ
- कुनै वस्तुको गन्ध, स्वाद, आकार, स्पर्श वा ध्वनिप्रति असामान्य प्रतिक्रिया दिन्छन्
- पहिलेको सीप बिर्सन्छन्
- (उदाहरणका लागि पहिले प्रयोग गर्दै गरेको शब्द प्रयोग गर्न छोड्छन्)

## आफ्नो नानीमा एएसडी भएजस्तो लागे के गर्नसक्छु?

नानीको डाक्टर वा नर्ससँग कुरा गर्नुहोस्। यदि तपाई अथवा डाक्टरलाई नानीमा समस्या छ जस्तो लागे बाल विकास चिकित्सक अथवा अन्य विशेषज्ञलाई देखाउन अग्रेसित गरी माग्नुहोस्। सोही समय, नजिकैको हस्तक्षेप अभिकर्ता (३ वर्षभन्दा कम आयुका नानीको निम्ति) अथवा स्थानीय सरकारी स्कूलसँग सम्पर्क गर्नुहोस्

(३ वर्ष माथिका लागि), तपाईको नानी त्यो स्कूल नगए पनि। आफ्नो क्षेत्रमा कोसँग कुरा गर्नुपर्ने हो भन्ने जान्नका लागि **www.nichcy.org** मा लगइन गरी नेशनल इन्फरमेशन सेन्टर फर चिल्ड्रेन एण्ड युथ विथ डिसाबिलिटीमा सम्पर्क गर्नुहोस्। यसका अतिरिक्त, सेन्टर फर डिजिज कन्ट्रोल एण्ड प्रिभेन्शनसँग स्वलीन वर्णक्रम विकारबारे परिवारको निम्ति आफ्नो वेबपेजमा सम्पर्क छ

(**http://www.cdc.gov/ncbddd/autism/links.html**).

नपर्खनुहोस्। चाँडै पहल गरे साँचो फरक ल्याउन सकिन्छ।

www.cdc.gov/actearly | 1-800-CDC-INFO

सङ्केतहरु बुझ्नुहोस्। चाँडो पहल गर्नुहोस्।