

CUDURKA NAAFANIMADA XAGGA HADALKA AH OO CARUURTA KUDHACA: XAANSHADA XOGTA EE WAALIDIINTA LOOGU TALAGALAY

Muxuu yahay cudurka naafanimada ee xaga hadalka ee caruurta kudhaca ee (ASD)? cudurka naafanimada ee xaga hadalka ee caruurta kudhaca waa cudur saameeya koritaanka, awooda wax fahmida iyo fikirka. Waxaa sababa dhibaata soo gaarta sida ay maskaxda u shaqeeyo taas oo saameysa dareenada qofka markuu bulsho dhex joogo, wadaxiriirka, iyo ficilada dabeecadeed. Isdabamaradaan xaga qalbiga ah waxey sababi karaan dhibaatooyin sida dabeecado soo noqnoqdo iyo dhibaatooyin la xiriira wadaxiriirka. Canuga qaba xanuunka ASD waxaa kudhib ah wadaxiriirka bulshada dhexdeeda iyo dhexgalkeeda ooysan faahfaahin Karin koritaanka *soo daaha*; canuga wuxuu qabaa dabeecado soo noqnoqdo oon caadi eheyn, damac, iyo ficilo, waxaana laga yaabaa inuu qabo dareen aan caadi eheyn oo ku aadan waxyaabaha qaar.

Sidee cudurka naafanimada ee xaga hadalka ee caruurta kudhaca lagu ogaadaa? Saraakiisha khibrada uleh ogaanshaha xanuunka ASD waxey waalidiintu wax kaweydiiyaan dabeecadaha canugooda ee ku aadan dhaqanka, wadaxiriirka, khibradooda luqadda, islamarkan in la fiiriyo calaamadaha dabeecadda canuga. Waxey canuga dabeecadahiisa u barbar dhigayaan liis uu diyaariyay Gudiga Dhimanaanshaha Xagga Maanka ah ee mareykanka. Waxey fiirinayaan in dabeecadda canuga aysan caadi u aheyn da'adiisa, ama haddii calaamadaha ay muujiniyaan xaalad kaloo koritaanka caadiga ah ka duwan. Calaamadaha waa iney bilaabadaan xiliyada hore ee noolasha canuga waana iney wax kabadalaan dhaqdhaqaaqa canuga ee maalin walba. Haddii canuga uu qabo calaamado kufilan, canuga waxaa lagu helaa xanuunka. Ereyga "spectrum" ee dhimanaashaha macnahiisa waxaa weya in calaamadaha cudurka ASD ay kala duwan yihiin kasoo bilaabata xanuunka qiyaas dhaxaadka ah ilaa kan aadka u daran.

Maxaa sababa cudurka naafanimada ee xaga hadalka ee caruurta kudhaca? Maxaanu *Ognahay*: waalidka masababaan cudurka naafanimada ee xaga hadalka ee caruurta kudhaca! Cudurka ASD waa cudur ku dhaca koritaanka maskaxda, oo dhaco xiliga hore ee koritaanka ama dhisitaanka maskaxda. Waxaan sidoo kale ognahay inay aad muhiim u tahay haddii wakhti hore la ogaado daawana lagu bilaabo. Cudurka ASD wuxuu ku imaadaa noocyo kala duwan, waxaana sababa waxyaaba badan. In ka badan 1% ama 1 canug 88-kii canug ee Mareykanka ku nool ayaa qaba xanuunka ASD. Baarayaasha waxey muujinayaan inay jiraan asalada faraca oo sababi kara isdaba marka koritaanka maskaxda, laakiin sida asalada faraca ay u sababaan cudurka ASD ilaa hadda lama oga. Baarayaasha waxey ka caawin karaan go'aan ka gaaridda xaalada cudurka ASD ee canugaada iyo inuu sababay asalka faraca.

Malaga Reysan karaa? Dhammaan caruurta qaba cudurka ASD, xaaladooda dhexgalka bulshada iyo wadaxiriir kooda wuu sii wanaagsanaanayaa haddii wakhti hore waxbarasho weyn lagu bilaabo. Inta badan caruurta qabaan cudurka ASD, xitaa kuwa calaamadhooda ay sii wanaagsanaanayaan, waxey qabayaal xaalada ka duwan kuwa caadiga ah noolasha dambe xagga dabeecada iyo wadaxiriirka. Xusuusnoow in canug walba xaaldiisa ay tahay mid gaar ah iyo in dhammaan caruurta qaba xanuunka ASD calaamadhood iyo baahiyahooda ay kala duwanyihiin.

Maxey tahay Daawada Xanuunka ASD? Wax kaqabashada Koritaanka iyo dabeecadda canugga ayaa ah daaweynta ugu weyn. Caruurta leh naafanimada weyn ee wadaxiriiridda iyo dhexgalka xaga bulshada, daaweyntooda waxaa inta badan xooga lasaaraa wanaajinta dabeecadaha sahlan, sida wax tilmaamidda ama far u kutaagidda iyo hadalka si uu dadka ula xiriiro. Dhakhtar gaar ah ayaa inta badan siiya canuga abaalmarin yar. Daaweyntaan waxey wax tareysa marka waalidiinta ay bartaan ayna ku isticmaalaan isla tartiibtaan caruurtooda. Caruurta qaba calaamadaha dhexe, waxaa jira siyaaba kala oo looga hortagi karo dhibaataadooda oo canuga kucaawin kara inuu barto luqad iyo khibrado bulshadeed. Daaweynta ama sameynta barnaamij waxbarashadeed waa qaabka ugu muhiimsan marka uu hogaaminaayo shakhsi ama koox khibrad u leh cudurka ASD.

Aniga waalid ahaan maxaan sameyn karaa si aan u caawiya canugeyga? Siiwad sameynta dhammaan waxyaabah fiican ood u sameyneysid canugaada waalid ahaan. Weydiiso in lagu baro waxyaabaha qaar oo la sameyn karo si aad canugaada uugu sameysid. Baro inta karaan kaada ah cudurka canugaada si aad u noqotid xubin wax ka og xanuunka canugaada oo ka tirsan kooxda daaweynta. Weydiiso in lagu siiyo adeegyo nasiino ah si aad uuga nasato aadna ku hesho tabarta aad waalid ugu noqon kartid canugaada. Gaar qoysaska kale si ay kuula wadaagaan istiraatiijiyado iyo agab.

Majiraan daawooyin wax tari kara? Wakhtigaan, majiraan wax daawa ah oo loo helay cudurka ASD. Inta ay sii korayaan caruurta qaba cudurka ASD waxaa sidoo kale ay qabi karaan calaamada deganaasha la'aan, ama daal. Caruurta qaar oo qaba dabeecado ay dhaawac isku gaarsiiyaan, dabeecado soo nonoqda iyo dana, ama wax haleyn, bood bood iyo dhaqdhaqaaq badan (ADHD). Mararka qaar dhakhtarka ilmaha ama kan maanka ilmaha la tacaala ayaa yareyn kara calaamadahaan haddii uu daawa isticmaalo.

Muxuu sameyn karaa daryeel bixiyaha, canug walb sii uu u taageero? Dhakhtarkaaga ilmaha ama daryeel bixiye (“gurigaada daaweynta”) ayuu kuugu caawin kara:

- Si loola socdo xaaladaha daaweynta oo laga yaabo inay qabsadaan marar fara badan caruurta qaba cudurka ASD
- Si loo maareeyo daryeel caafimaad iyo balamo lasiiya canugaada
- Si loo gaaro go'aano ku saabsan qaababka kala duwan ee daaweynta iyo isbitaal kale u wareejin haddii ay jiraan dabeecado isbadal ah oo soo baxo, xiisad, ama walaac laga qabo xaaladda dareenka guud ee canuga
- si loo bixiyo daawooyinka oo haatan lagu helo ceymiska hoos yimaada Vermont
- si aad uuga qeyb gasho kulama kooxaha canugaada
- si loogu dodo baahiyahaada qoys ahaan daryeelka aad siisaan canugaada

Canugeena ma in lagu arkaa mar kale Kiliiniga Koritaanka Ilmaha? Waxaa laga yaabaa inaan kulan sameyno qorsho gaar ah xiliga balanta canugaada ee CDC si aad ugu soo noqotid muda dambe oo lagu siinaaya xog ama dib u qiimeyn. Waxaa sidoo kale nala heli karaa wakhti walba si aan uuga jawaabno su'aalahaada iyo wixii aad ka walaacsantahay; waxaad sidoo kale codsan kartaa booqasha kaloo daba joogta tii hore. Marka caruurta ay yeeshaan daaweyn rasmi ah oo la sameeyay iyo barnaamij fiican oo daweyn ah, waxaa jirta inta badan baahi yar oo daba gal ah ooy sameyneyso kooxda CDC.

Yaa kaloo I caawin kara? Canugaada oo xili hore la daaweeya, waxbarasha wakhti hora ah ama koox waxbarasha gaar ah bixiso oo laga hela dugsiga uu dhigto canugaada, iyo sidoo adeeg bixiyayaal ka socda shirkadda adeegyada horumarinta bulshadaada ayaa ku caawin kara. In marar is xigxiga lala kulmo kooxda canugaada aad ayey kuu caawin kartaa. Waalidiinta kala oo qaba caruurta uu ku dhacay cudurka ASD, iyo kooxaha wacyagelinta ee waalidiinta sida the Vermont Family Network, waxey kusiin karaan afkaar badan oo wax ku ool ah iyo taageero la siiya qoysaska. Macluumaad dheeri ah iyo agab, ooy ka mid yihiin sida loo helo Ceymiska Daryeelka Caruurta ee Cudurka ASD, iyo wadaxiiri lalayeesho hay'adaha qaran waxaa laga heli karaa weepsaytka www.vermontfamilynetwork.org/i-need-help-with/developmental-disabilities/autism/.

Waxaan sidoo kale katalinay akhrisashada buugaagtaan soo socda iyo xogta intarneetka ee la isticmaali kara:

- Qalabka The Autism Speaks 100 Day waxaa si gaar ah loogu sameeyay qoysaska uu ku cusub yahay cudurka naafanimada ee xaga hadalka ee caruurta kudhaca si uu uuga caawiyo iney si fiican uga fdaaidesyaan 100 maalmood oo ugu horeysa kadib canuga marka laga helo cudurka ASD: www.autismspeaks.org/docs/family_services_docs/100_day_kit.pdf

- Weebstaytka Xarunta Qaran ee Horumarinta Khibradeysan wuxuu qabaa macluumaadk ku saabsan 24 qaab oo cudurka looga hortagi karo oo cadeyn leh oo wax ka qaban karo waxbarashada caruurta qaba cudurka ASD's: <http://autismpdc.fpg.unc.edu/content/briefs>
- Xaanshada Xogta ee Xarunta ka Hortagga Cuduraka: http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/pdf/parents_pdfs/autismfactsheet.pdf
- *Sound Advice on Autism*, waa wareysiyo uu soo uruuriyay Machadka The American Academy of Pediatrics (AAP) looguna talagalay waalidiinta rabo dhakhaatiirta ilmaha, cilmi baarayaasha iyo waalidiinta si ay jawaab ugu helaan su'aalhooda kusaabsan ASD: <http://www.aap.org/audio/autism/>
- Buuga The Vermont Next Steps Guide wuxuu leeyahay xog muhiim ah iyo agab qaran looguna talagalay qoysaska VT ee qabaan caruurta qaba cudurka ASD: <http://www.ddas.vermont.gov/ddas-publications/publications-autism/publications-autism-documents/next-steps-autism>
- Si aad u hesho taageero aad lacag uuga baxsato qalabka gaarka ah, adeegyada VT ee caruurta qaba cudurka ASD arji uqora Autism Puzzle Foundation: www.vtautismpuzzle.org
- Autism Spectrum Disorders: What Every Parent Needs to Know, edited by Alan Rosenblatt, MD, Paul Carbone, MD, and Winnie Yu, published by American Academy of Pediatrics, 2013.
- Making Sense of Autism Spectrum Disorders: Create the Brightest Future for Your Child with the Best Treatment Options, by James Coplan, MD, Bantam Books, NY, 2010.

Xaanshadaan xogta waxaa qoray Stephen H Contompasis MD, Carol Hassler, MD, and Janet Kilburn, LICSW iyadoo taageera ka helaayayi Hay'adda The Vermont State Implementation Grant for Improving Services for Children and Youth with ASD and other Developmental Disabilities.