

# کودک مبتلا به اوتیسم را از جامعه پنهان نکنید...

شناسایی زودهنگام و شروع درمان توانبخشی پیش‌آگهی اختلال اوتیسم را بهبود می‌بخشد. اختلال طیف اوتیسم یک تفاوت ویژگی ذاتی است و درمان قطعی ندارد اما ترمیم مهارت‌های ارتباطی و تعاملی در بهبود کیفیت زندگی این کودکان و والدین تأثیر به‌سزایی دارد. این کودکان نباید از جامعه کنار گذاشته شوند.

چنانچه کودکی از ۶ ماهگی به بعد علائم زیر را داشت، والد باید به روان‌پزشک کودک مراجعه کند. کمبود یا نداشتن غان و غون، نداشتن یا کمبود لبخند، عدم ارتباط چشمی یا ارتباط چشمی محدود، کمبود یا عدم پاسخ اجتماعی و رفتارهای محدود و تکراری

**والدین با پذیرش این اختلال به عنوان یک تفاوت، عدم خودسرز نشنگری و خودمقصر پنداری - همراهی و مشارکت والدین با هم و آماده کردن خود برای یک سفر سخت و پرچالش - البته در نظر گرفتن دوره‌های استراحت برای خودشان می‌توانند ارتباط بهتری با کودکان برقرار کنند. همچنین اگر محیط خانه حمایت‌کننده باشد، پیش‌آگهی کودک مبتلا به اختلال طیف اوتیسم به‌طور کلی بهبود می‌یابد.**

الف: ارتباط و تعامل اجتماعی و ب: رفتارها و علائم اختلال ایجاد کرده باشند. آن‌وقت تشخیص مطرح می‌شود. کودکانی که تأخیر تکامل زبان و تکامل اجتماعی دارند و نیز رفتارهای تکراری مانند دست زدن، راه رفتن یا

## کاسنی؛ متخصص سلامت: از روده و قندخون تا پوست و کاهش وزن

خواهند شد، با استناد به مقالات منتشر شده از طریق مرکز ملی اطلاعات زیست‌فناوری آمریکا جمع‌آوری شده‌اند: **غنی از فیبر پری بیوتیک اینولین** ریشه کاسنی تازه از ۶۸ درصد اینولین تشکیل شده است. اینولین نوعی فیبر است که تحت عنوان فروکتان یا فروکتو اولیگوساکارید شناخته می‌شود، کربوهیدراتی که از زنجیره کوتاهی از مولکول‌های فروکتوز ساخته شده و بدن ما آن را هضم نمی‌کند. اینولین در قالب یک پری بیوتیک عمل می‌کند. به این معنی که باکتری‌های مفید روده را تغذیه خواهد کرد. این باکتری‌های مفید در کاهش التهاب، مبارزه با باکتری‌های مضر و بهبود جذب مواد معدنی نقش دارند.

مصرف است، زیرا طعم و رنگ مشابهی دارد. محققان معتقدند که فیبر موجود در ریشه کاسنی دارای فواید متعددی برای سلامتی است و اغلب به منظور استفاده به عنوان افزودنی و به تهیه مکمل‌های غذایی و دارویی استخراج می‌شود. امروزه پودر ریشه یا در صورت تمایل عرق کاسنی را می‌توان از عطاری‌ها خریداری و به راحتی مصرف کرد. **کاسنی: از فیبر پری بیوتیک تا حمایت از کاهش وزن** فواید فوق‌العاده‌ای که در ادامه توضیح داده

## این تغییرات در پاهای نشانه مشکلات قلبی است

رشد ضعیف مو یا تغییر در رنگ پوست باشد. **توده‌های دردناک در انگشتان پا** توده‌های سخت و دردناک روی انگشتان پا، گره‌های «اوسلر» نامیده می‌شوند و ممکن است نشان‌دهنده «اندوکاردیت» عفونی - التهاب ریشه‌های قلب و عروق خونی - باشند. اندوکاردیت ناشی از یک عفونت باکتریایی است که از طریق جریان خون پیش می‌شود و خود را به قسمت‌های ضعیف قلب می‌چسباند و باعث آسیب بالقوه‌کننده در بچه‌های قلب می‌شود. دکتر «گنا یاداو» متخصص پوست توضیح می‌دهد که گره‌های اوسلر می‌توانند روی انگشتان دست و پا افراد مبتلا به اندوکاردیت ظاهر شوند. گره‌های اوسلر اغلب کوچک و دردناک هستند. این توده‌های ناراحت‌کننده «ناشناسی از التهاب رگ‌های خونی است که منجر به عفونت باکتریایی می‌شود که باعث التهاب بیشتر می‌شود».

آن خون به درستی از پاها تخلیه نمی‌شود. «جینفر لوی، پزشک و کارشناس داوطلب انجمن قلب آمریکا، توضیح می‌دهد: با نارسایی وریدی، تورم معمولاً در پاهای ران بدتر می‌شود و با بالا بردن پاها یا پوشیدن جوراب‌های فشاری بهبود می‌یابد. مهم است که افراد مبتلا به تورم پا از نظر نارسایی احتقانی قلب نیز ارزیابی شوند، یعنی زمانی که عضله قلب ضعیف یا سفت می‌شود و بنابراین نمی‌تواند خون را به طور موثر پمپاژ کند.

**گرفتگی دردناک** اگر گرفتگی دردناکی را در ساق پا، ران و پاهای خود تجربه کردید، از آن نشانه خالی نکنید. این موضوع می‌تواند نشانه بیماری شریان محیطی (PAD) باشد؛ این یک بیماری جدی است که شامل باریک شدن رگ‌های خونی و گردش خون ضعیف در پاهاست. بیماری شریان محیطی (PAD) از تجمع کلسترول و پلاک بر روی دیواره شریان‌ها ناشی می‌شود و می‌تواند خطر حمله قلبی را افزایش دهد. علاوه بر این، PAD که با از دست رفتن کامل گردش خون در پاها پیشرفت می‌کند، می‌تواند به طور بالقوه منجر به قانقاریا شود و نیاز به قطع عضو داشته باشد.

پاز توضیح می‌دهد: PAD یک بیماری مزمن است که در آن رگ‌های خونی که خون را به اندام‌ها حمل می‌کنند مسدود می‌شوند و در نتیجه جریان خون کاهش می‌یابد. یکی از علائم کلاسیک PAD درد پا با گرفتگی عضلات پا یا راه رفتن است که با استراحت بهبود می‌یابد. سایر علائم PAD ممکن است شامل زخم روی پاها،

**گروه بهداشت و سلامت -** علائم بیماری اوتیسم به قدری گسترده شده که اکنون از آن به عنوان اختلال طیف اوتیسم نام می‌برند. همه کودکان و نوجوانانی که چهار این نارسایی هستند رفتاری شبیه به هم ندارند. همین موضوع و البته آمار روزافزون رفتاری بهانه‌های برای گفتگوی مان با دکتر منصوره میرزاده فوق تخصص روان‌پزشکی کودک درباره تشخیص اوتیسم و نحوه رفتار با این بیماران شد.

**بعد از اختلال اوتیسم بلافاصله؟** تشخیص علائم اولیه اوتیسم در نوزادی بسیار دشوار است. اختلال طیف اوتیسم معمولاً در سال دوم زندگی مشخص می‌شود و در موارد شدید، عدم وجود تعاملات اجتماعی متناسب با سن رشدی ممکن است در سال اول تشخیص داده شود. بیشتر مطالعات نشان می‌دهد کاهش در تعامل اجتماعی بین سال‌های اول و دوم زندگی رخ می‌دهد. در موارد خفیف‌تر، اختلال طیف اوتیسم ممکن است تا سنین کودکی میانه شناسایی نشود.

میانگین سنی تشخیص برای کودکان مبتلا به اختلال اوتیسم ۹ تا ۱۳ سال است. **خانواده‌ها بعد از تولد با دیدن چه علائمی باید ابتدای فرزندشان به اوتیسم را جدی بگیرند؟**

**گروه بهداشت و سلامت -** زنان باردار و شیرده نیز باید قبل از مصرف کاسنی نظر پزشک معالج خود را جویا شوند، زیرا تحقیقات در مورد ایمنی آن در این جمعیت‌ها محدود است.

کاسنی گیاهی است از تیره گل ستاره‌ای که چندین گونه کشتی و وحشی از آن وجود دارد. این گیاه بسا گل‌های آبی یا ارغوانی از دیرباز به واسطه خواص دارویی ارزشمند خود مورد توجه فراوان بوده است. قرن‌هاست که از این گیاه شگفت‌انگیز در آشپزی و طب سنتی استفاده می‌شود. کاسنی همچنین برای تهیه جایگزین قهوه نیز مورد



استراحت برای خودشان می‌توانند ارتباط بهتری با کودکان برقرار کنند. همچنین اگر محیط خانه حمایت‌کننده باشد، پیش‌آگهی کودک مبتلا به اختلال طیف اوتیسم به‌طور کلی بهبود می‌یابد. **متأسفانه به دلیل برخورد بد برخی از مردم جامعه با کودکان مبتلا به اوتیسم والدین ترجیح می‌دهند کودکان را از مردم پنهان کنند و به‌طور کلی رفت‌وآمدهایشان با دوست و فامیل را قطع کنند و خودشان به‌تبع آن منزوی می‌شوند؛ از نظر شما چه عکس‌العملی از طرف مردم کم‌کم می‌کند تا این کودکان و خانواده‌هایشان راحت‌تر بمانند؟**



والدین یک تفاوت، عدم خود سرزنشگری و خودمقصر پنداری - همراهی و مشارکت والدین با هم و آماده کردن خود برای یک سفر سخت و پرچالش - البته در نظر گرفتن دوره‌های

موجود در آن است که باعث رشد باکتری‌های مفید در روده را متبالیسم کربوهیدرات می‌شود. علاوه بر این فیبر ریشه کاسنی حاوی ترکیباتی مانند اسید شیکوریک و کلروژنیک است که در مطالعات حیوانی توانسته‌اند با موفقیت حساسیت عضلانی به انسولین را افزایش دهند. یک مطالعه ۲ ماهه روی ۴۹ زن مبتلا به دیابت نوع ۲ نشان داد که مصرف ۱۰ گرم اینولین در روز سبب کاهش قابل توجهی در سطح قند خون صاف، از بین بردن تدریجی خطوط ایجاد شده و هموگلوبین A1C در مقایسه با دارو نمی‌شود. قابل ذکر است که اینولین مورد استفاده در این مطالعه به عنوان اینولین با کارایی بالا شناخته و اغلب در قالب جایگزین شکر به محصولات پخته‌شده شامی می‌شود. بنابراین همچنان به تحقیقات بیشتری در مورد فیبر ریشه کاسنی و اینولین موجود در آن نیاز است.

برخی از مطالعات نشان می‌دهند که فیبر ریشه کاسنی می‌تواند اشتها را تنظیم کند. کارایی دریافتی راکاهش دهد و احتمالاً از این دو مسیر باعث کاهش وزن شود. یک مطالعه ۱۲ هفته‌ای روی ۲۸ بزرگسال با اضافه وزن مشخص کرد که مصرف ۲۱ گرم اولیگوفروکتوز مشتق شده از کاسنی در روز که بسیار شبیه به اینولین است، سبب کاهش قابل توجه ۱ کیلوگرمی وزن بدن می‌شود. این در حالی است که گروه دارونما وزن اضافه کردند. این مطالعه همچنین نشان داد که اولیگوفروکتوز به کاهش سطح گرلین (هورمونی که باعث تحریک احساس گرسنگی می‌شود) کمک می‌کند. تحقیقات دیگر هم نتایج مشابهی را به همراه داشته‌اند، اما در بیشتر آنها مکمل‌های اینولین یا اولیگوفروکتوز آزمایش شدند و نه فیبر ریشه کاسنی. به منظور تایید قطعی این فواید، به مطالعات تکمیلی نیاز خواهد بود.

## حمایت از کاهش وزن

**مناطق آزاد**  
آقایان اداره دولت را با سپهرمارکت اشتباه گرفته‌اند  
وجود زیر ساخت‌های لازم  
لازمه راه اندازی پرواز کیش - دوحه

**اقتصاد کیش**  
نامعتر از ضعیف فرهنگی و اجتماعی منطقه آزاد کیش  
دفاع از وضعیت فرهنگی و اجتماعی منطقه آزاد کیش  
۶ مشاوره قرارگاه جزیره کیش روز جمعه  
برنامه‌های اسرعه صدای کیش روز جمعه

**همیشه‌پداری**  
همه به دولت کمک کنند  
خدمت برای مردم بن بست ندارد  
یارانه ۹۰۰ میلیاردی  
تا رسیدن کارا لاروگ

**اقتصاد**  
پروژه‌های اقتصادی  
پروژه‌های اقتصادی  
پروژه‌های اقتصادی

**ایران**  
همه به دولت برای انجام کارهای اقتصادی مهم کمک کنند  
۴۰۰ هزار تومان  
۳۰۰ هزار تومان  
دهک اول تا سوم  
دهک چهارم تا نهم

**منتخب**  
پروژه‌های اقتصادی  
پروژه‌های اقتصادی  
پروژه‌های اقتصادی

**تولید و توزیع آب معدنی در سراسر جزیره، تحویل در محل**  
۴۴۴۷۳۴۲۱ - ۴۴۴۷۳۴۲۲

# کیش‌نوش