



ડૉ. સ્વાતિ વિન્યુરકર

ઓટીઝમ પર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે વાલી માટે પડકાર!

ડૉ

ડૉક્ટર, મારું 6 વર્ષનું બાળક 2.5 વર્ષની ઉંમરથી ઓટીઝમથી પીડાઈ રહ્યું છે. અમે હોમિયોપેથી શરૂ કરવાનું નક્કી કર્યું. ડૉક્ટરે અમને ગેરંટી આપી હતી કે 6 મહિનામાં અમારું બાળક બોલવાનું શરૂ કરશે. તેથી અમે બીજો કોઈ ઉપચાર પણ શરૂ કર્યો નથી. તે હજુ પણ બોલતો નથી. તે ખૂબ જ આક્રમક છે અને અમે તેને સંભાળી શકતા નથી. કૃપા કરીને સલાહ આપો કે હવે શું કરવું? ડૉક્ટર, મારું બાળક નજીકની શાળામાં સીનિયર K૬માં છે. અમે તેનો ક્લાસ વારંવાર રીપીટ કરાવ્યો છે પણ તે હજુ સુધી લખતા શીખ્યો નથી. લખવાનું કહેવામાં આવે ત્યારે તે ચીસો પાડે છે અથવા બીજાને કરડે છે. તે કોઈ પ્રશ્નનો જવાબ આપતો નથી, ફક્ત તેની સામે કોઈ જે કહે છે તેનું જ પુનરાવર્તન કરે છે. તે વર્ગમાં ફરવાનું અને શાળાઓમાં જાતે જ રમવાનું પસંદ કરે છે. શિક્ષકે અમને સલાહ આપી કે તેના કાઉન્સેલિંગ માટે તમને મળીએ. તેણી કહે છે કે તેઓ બાળકને શાળામાં રાખી શકશે નહીં કારણ કે અન્ય માતાપિતા ફરિયાદ કરી રહ્યાં છે.

ડૉક્ટર, કૃપા કરીને મને કહો કે મારું બાળક ક્યારે બોલશે? તેને શું થયું છે? હું કબૂલ કરું છું કે પહેલાં તે ખાસ કરીને કોવિડ દરમિયાન ટીવી જોતો હતો. હું સંમત છું કે તેને દરરોજ 5-6 કલાક સ્ક્રીન જોવા દેવાની ભૂલ અમારી હતી. તમે અમને કહ્યું તે દિવસથી મેં પણ સ્ક્રીન ટાઈમ બંધ કરી દીધો છે. તે ક્યારેક તેના નામનો જવાબ આપવા લાગ્યો છે પણ હજુ પણ મમ્મી કે પપ્પા કહેતો નથી! મને ખૂબ જ ગુનાહિત લાગણી અને ચિંતા થાય છે!

ડૉક્ટર, હું મારા બાળક માટે અપંગતા પ્રમાણપત્ર મેળવવા માંગતો નથી. મારા બાળકને લેબલ લાગશે.

ડૉક્ટર, તમે કહ્યું હતું કે મારી 12 વર્ષની પુત્રી સાવંત છે! સાવંત એટલે શું? જો તે વાંચતા-લખતા કે પોતાની સંભાળ રાખતા નહીં શીખે તો તેને સંગીત શીખવવાનો શું ફાયદો? અમારા મૃત્યુ પછી તેનું શું થશે?

ચાલો આપણે ઓટીઝમ સ્પેક્ટ્રમ ડિસઓર્ડર વિશે કેટલીક સામાન્ય હકીકતો સમજીએ:

1. ઓટીઝમ એ કોઈ રોગ નથી, તે એક વિકાર છે (કારણ કે તેનું કોઈ ચોક્કસ કારણ જાણી શકાયું નથી,

તેનો કોઈ ચોક્કસ ઇલાજ નથી.

2. તે એક ન્યૂરોડેવલપમેન્ટલ ડિસઓર્ડર છે જે બાળકની સામાજિક ક્રિયાપ્રતિક્રિયાઓ, સંદેશાવ્યવહાર અને નિયમિત શાળા પ્રણાલીમાં શીખવાની ક્ષમતાને અસર કરી શકે છે.

3. તે આજીવન સ્થિતિ છે. બાળકને જીવનભર અમુક અંશે સહાયની જરૂર પડી શકે છે.

4. કોઈ ડૉક્ટર અથવા ચિકિત્સક સંપૂર્ણ સ્વસ્થ થવાની ગેરંટી આપી શકતા નથી. કોઈ જાદુઈ ઉપચાર ઉપલબ્ધ નથી. સારવાર પ્રારંભિક હસ્તક્ષેપ અને વ્યાવસાયિક ઉપચાર, સંવેદનાત્મક સંકલન અને વર્તણૂકીય ઉપચાર જેવી બહુ-શાખાકીય ઉપચાર પર આધારિત છે. દવાઓનો ઉપયોગ ફક્ત ચિંતા, હાથપર એક્ટિવિટી, ઊંઘની વિકૃતિને દૂર કરવા માટે થાય છે.

ચાલો સમજીએ કે ઓટીઝમ સ્પેક્ટ્રમ ડિસઓર્ડરનું નિદાન થયેલ તમારા બાળક માટે તમે શું વધુ સારું અથવા અલગ રીતે કરી શકો છો.

1. સ્વીકૃતિ:

એવી સ્થિતિને સ્વીકારવી અને સમજવી મુશ્કેલ છે જેને ડૉક્ટર જીવનભર પડકાર કહે છે. લેબલ સાથે ઘણાં બધાં કલંક સંકળાયેલાં છે. અન્ય માતાપિતા તમારા બાળકને ટાળે છે. શાળા તમારા બાળકને પ્રવેશ આપવા તૈયાર નથી. પરિવારના અન્ય સભ્યો બાળકના નિદાન માટે તમને દોષ આપતા રહે છે. આ બધું ખૂબ જ સામાન્ય છે પરંતુ જ્યાં સુધી તમે પડકારોને સ્વીકારશો નહીં ત્યાં સુધી તમે તેના પર કામ કરી શકશો નહીં અને તમારા બાળકને મદદ કરી શકશો નહીં. જે માતાપિતા સ્વીકારે છે કે બાળકને ટેકાની જરૂર પડશે અને બાળક જેવું છે તેવું તેને પ્રેમ કરે છે, તે માતાપિતા બાળક માટે ચમત્કાર કરી શકે છે. પહેલું પગલું સ્વીકાર છે!

2. પ્રારંભિક ઉત્તેજના:

જીવનનાં પ્રથમ 5 વર્ષ (પ્રારંભિક બાળપણ) એ નિર્ણાયક વિકાસનો તબક્કો છે. તેનો અર્થ એ છે કે બાળકનું મગજ શીખવા માટે સૌથી વધુ તૈયાર છે. પ્રારંભિક ઉત્તેજના ઘરેથી શરૂ કરવી સરળ છે. તેનો અર્થ એ છે કે પરિવારની દિનચર્યા એવી રીતે ગોઠવવી

કે ઓછામાં ઓછો એક પરિવારનો સભ્ય કોઈ પણ સમયે બાળક સાથે વાતચીત કરી રહ્યો હોય. તેનો અર્થ એ છે કે તમારા મોબાઈલ અથવા ટીવીને બાજુ પર રાખીને રમવું, ગીતો ગાવા, વાર્તાઓ કહેવી અને તમારા બાળક સાથે ઘરનાં કામકાજ કરવા.

3. પ્રારંભિક હસ્તક્ષેપ:

જો તમારા બાળકને ઉપચારની જરૂર હોય તો શક્ય તેટલી વહેલી તકે તેને શરૂ કરો. કોઈ પણ જાદુઈ ઝડપી ઉકેલો શોધવામાં સમય અને પૈસા બગાડો નહીં. વ્યાવસાયિક ઉપચાર, સંવેદનાત્મક સંકલન અને વર્તણૂકીય ઉપચાર એક સાથે શરૂ કરો. સલાહ મુજબ જેમાં પણ તમે માનો છો એ એલોપેથિક, હોમિયોપેથિક અથવા આયુર્વેદિક દવાઓ ઉમેરો. થેરાપિસ્ટ, ડેવલપમેન્ટલ પિડિયાટ્રિશિયન અને ન્યૂરો ફિઝિશિયન સાથે નિયમિત ફોલો-અપ કરો. ફક્ત વાણી પર નહીં પણ સ્વ-સંભાળ અને જીવન કૌશલ્ય શીખવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો, ફક્ત લખવા પર નહીં!

4. સમજણ:

તમારા બાળકની પસંદ અને નાપસંદ, રુચિઓ અને પ્રતિભા જાણો. ફક્ત બોલવા અને લખવાનું શીખવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાને બદલે તમારા બાળકની સંગીત, નૃત્ય, રમતગમત, રસોઈ, ચિત્રકામ અથવા કમ્પ્યુટર્સમાં રુચિ શોધવામાં મદદ કરો. જો તમારા બાળકમાં સહજ પ્રતિભા હોય તો તેને એક કૌશલ્યમાં વિકસાવવામાં મદદ કરો જે બાળક માટે ભવિષ્યનો વ્યવસાય બની શકે છે.

5. સપોર્ટ ગ્રુપ:

ડૉક્ટરો, થેરાપિસ્ટ, શિક્ષકો અને પરિવારના સભ્યોની સપોર્ટ ટીમ બનાવો જે તમને બાળક સાથે કામ કરવામાં મદદ કરશે. અન્ય માતાપિતા સાથે એક પેરેન્ટ સપોર્ટ ગ્રુપ બનાવો જેમાં બાળકોમાં પણ ઓટીઝમનું નિદાન થયું છે. તમે બાળકો માટે પ્લેડેટ્સનું આયોજન કરી શકો છો, સામાજિક કૌશલ્યોમાં મદદ કરી શકો છો. તમારા પછી બાળકનું શું થશે એની ચિંતા મૂકી, હમણાંથી જ બીજા વાલીઓ સાથે મળીને એક સપોર્ટ સિસ્ટમ ઊભી કરો.

6. હિમાયત:

તમારા બાળકના સૌથી મજબૂત હિમાયતી બનો! જો તમે ઓટીઝમ નિદાનને કલંકિત નહીં માનશો તો બીજું કોઈ નહીં માનશે. તમારા બાળકના રમવા, શીખવા અને જીવન જીવવાના અધિકારથી વાકેફ રહો. સલાહ આપવામાં આવે ત્યારે અપંગતા પ્રમાણપત્ર

મેળવો. આનાથી બાળકને સરકાર દ્વારા આપવામાં આવતા લાભો, જરૂરી નાણાંકીય સહાય મળશે.

૭. માનસિક અને નાણાંકીય સ્વાસ્થ્ય:

ઓટીઝમ સ્પેક્ટ્રમ પરના બાળકને સમજવું અને તેનું સંચાલન કરવું ભાવનાત્મક અને નાણાંકીય રીતે થકવી શકે છે. ભાવનાત્મક અને નાણાંકીય ભંગાણને રોકવા માટે કાઉન્સેલિંગ લો, સપોર્ટ સિસ્ટમ બનાવો અને તમારાં નાણાંકીય આયોજન કરો.

ઓટીઝમ સ્પેક્ટ્રમ ડિસઓર્ડર એ આજીવન ન્યૂરો ડેવલપમેન્ટલ ડિસઓર્ડર છે જેને પ્રારંભિક ઓળખ, પ્રારંભિક હસ્તક્ષેપ, બહુ-શાખાકીય ઉપચાર, વ્યાવસાયિક તાલીમ, જીવન કૌશલ્ય તાલીમ, નાણાંકીય આયોજન અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સહાય દ્વારા સારી રીતે સંચાલિત કરી શકાય છે! જાગૃતિ, સ્વીકૃતિ, હિમાયત અને પ્રેમ એ શ્રેષ્ઠ જીવનભરનાં પરિણામોની ચાવી છે.

