



الصرع والتوحد - تشخيص مزدوج محفوف بالصعوبات

- للمرشدين الاجتماعيين، والأخصائيين النفسيين، والمعلمين، ومستشاري توجيه الشباب، والموظفين الاجتماعيين، وموظفي الرعاية الصحية التابعين للسلطات المحلية

عزيزي القارئ

قد يكون من الصعب على الأخصائيين في المدارس ومؤسسات الرعاية النهارية والمؤسسات السكنية ومراكز التوظيف، معرفة أفضل السبل لدعم الأشخاص الذين يعانون من تشخيص مزدوج مثل الصرع والتوحد.

يقدم قسم الخدمات الاستشارية الخاصة بمرض الصرع نصائح يومية عن تلك الصعوبات. ونأمل أن تساهم هذه النشرة في تقديم الفائدة لك في عمك اليومي مع الأشخاص المصابين بالصرع والتوحد.

استخدم الكتيب ليكون أداة مرجعية. وفي حال كانت لديك أي شكوك أو أسئلة، يُرجى الاتصال بنا. معنا، النصائح مجانية.

الكتيب عبارة عن ترجمة للنسخة الدنماركية، والتي كانت في حد ذاتها ترجمة للنسخة الأصلية باللغة النرويجية. شكرًا لكل من ساهم في إنجاز هذا العمل.

نرجو لك قراءة سعيدة

الخدمات الاستشارية الخاصة بمرض الصرع
فيلادلفيا

جدول المحتويات

الصرع والتوحد	4
التوحد	4
معدلات الإصابة	4
الأسباب	5
الصعوبات الأساسية والمشكلات الإضافية	5
الصرع	5
معدلات الإصابة	5
الأسباب	6
التقييم	6
علاج الصرع	6
الأثار الجانبية	7
الصرع والتوحد بوصفهما تشخيصًا مزدوجًا	7
فحص تخطيط كهربية الدماغ	7
العلاج الطبي للصرع والتوحد	7
نوبات الصرع أو أعراض التوحد	7
تقييم التوحد مقابل السلوك	8
الصرع أو التوحد	8
الصعوبات واستخدام الخطط اليومية	9
أهمية أن تشعر بتفهم الآخرين لك	9
تنظيم التدخل	10
الخطط اليومية والتواصل	11
الخطط اليومية والمشاركة	11
الخطط اليومية البديلة	12
الحياة اليومية	12
التحديات الاجتماعية والتربوية في مؤسسات الرعاية النهارية	12
الصرع بوصفه أحد العوامل المعقدة لدى الأشخاص المصابين بالتوحد	12
النهج الاجتماعي التربوي	13
تتطلب الصعوبات فهماً ومرونة كافيين	14
التوصيات الاجتماعية والتربوية للحصص الدراسية	15
تفاصيل الاتصال	18



الصرع والتوحد

يُعد الصرع أحد أكثر الأمراض العصبية شيوعًا. ويُعرّف التوحد بأنه اضطراب تطوري واسع الانتشار، يترافق مع ضعف وظيفي على نطاق واسع.

الاعتلال المشترك هو إصابة الشخص بعدة أمراض في وقت واحد، ومع ذلك، فإن الأعراض تتداخل في كثير من الأحيان. وبالتالي ستتم الإشارة إلى الصرع والتوحد بالتشخيص المزدوج أو الاعتلال المشترك.

يشكل الأشخاص الذين يعانون من التشخيص المزدوج مجموعة غير متجانسة؛ إذ تتنوع مهاراتهم المعرفية، والتواصلية، والتفاعلية، والحركية بشكل كبير جدًا. ويعاني معظمهم من اضطراب في النمو العقلي، مع مستوى منخفض من القدرات الوظيفية، إضافةً إلى الحاجة المستمرة إلى الإشراف والدعم، بينما يستطيع بعض منهم الذهاب إلى المدرسة أو العمل والتمتع بقدٍ عالٍ من الاستقلالية، وقد يحتاجون إلى خدمات شخصية ومتابعة استنادًا إلى أفضل المعارف والخبرات المتاحة والمتعلقة بالمشكلات الفردية.

غالبًا ما يصعب التمييز بين نوبات الصرع والسلوكيات الناجمة عن التوحد، كما تتنوع أساليب العلاج بشكل واسع.

التوحد

يشير اضطراب طيف التوحد (ASD) إلى الحالات التي تتميز باضطرابات وظيفية نوعية في ثلاثة مجالات. وغالبًا ما يُنظر إلى الأعراض الأكثر شيوعًا، والمعروفة أيضًا باسم الأعراض الرئيسية، على أنها صعوبات تتعلق بالتفاعل الاجتماعي والتواصل/اللغة، بالإضافة إلى السلوك التكراري أو الاهتمامات والأنشطة الخاصة والمحدودة. وتُصنف هذه الحالات أنها واسعة النطاق؛ لكون الصعوبات التي تواجهها تؤثر في معظم مجالات الأداء والتطور.

التوحد هو اضطراب في النمو يتسم بتطور مختلف، وغالبًا ما يكون متأخرًا، للمهارات الاجتماعية ومهارات التواصل.

لذلك يجب إحالة جميع الأطفال والشباب الذين يشتبه في إصابتهم بالتوحد المبكر إلى الفحص النفسي الخاص بالأطفال والمراهقين. ونظرًا إلى التأثير الذي غالبًا ما يكون إيجابيًا للتدخل المبكر، من المهم أن تتم الإحالة في أقرب وقت ممكن. ويجب أن تتم الإحالة إلى طبيب نفسي خاص بالأطفال والمراهقين بناءً على اشتباه معقول وفحص مسبق من قبل خدمة الإرشاد التربوي والنفسي على سبيل المثال.

معدلات الإصابة

تُقدر الهيئة الدنماركية للخدمات الاجتماعية والإسكان أن ما بين 35 و55,000 شخص في الدنمارك يستوفون المعايير السريرية لتشخيص اضطراب طيف التوحد. ويكون التقسيم بين الجنسين أربعة ذكور مقابل فتاة واحدة (4:1) حينما لا يترافق التوحد مع ضعف النمو. في المقابل، تكون النسبة 1:2 عندما يحدث التوحد مع ضعف النمو. ومع ذلك فإن هذه الأرقام لا تزال غير مؤكدة، ففي غالب الأحيان لا يتم تشخيص متلازمة أسبرجر وأعراضها إلا في مرحلة متأخرة من الطفولة أو المراهقة.

الأسباب

تتحدد الإصابة باضطراب طيف التوحد بيولوجيًا. وقد لا يكمن السبب في جينٍ واحد فقط، بل ربما في التفاعل بين جينات مختلفة. كما يمكن أن تؤدي مضاعفات الحمل والولادة، مثل التهابات الدماغ، إلى زيادة نسبة خطر إصابة الطفل باضطراب طيف التوحد.

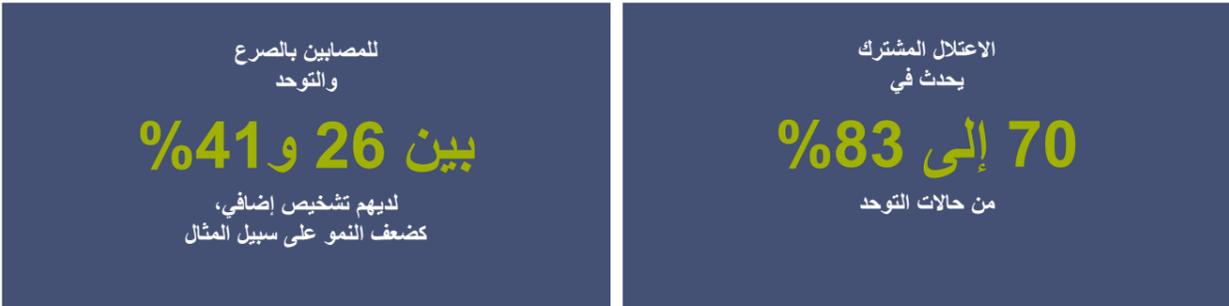
الصعوبات الأساسية والمشكلات الإضافية

لفهم ماهية التوحد، يجب التمييز بين الأعراض الأساسية، وهي أعراض خاصة بالتشخيص، والمشاكل الإضافية أو المصاحبة، وترتبط الصعوبات الأساسية بالقدرة على فهم التفاعل الاجتماعي والانخراط فيه، والقدرة على التواصل مع المجتمع، إضافةً إلى سلوك معين يتسم بالروتين/التكرار، ويظهر أثناء اللعب وفي الاهتمامات والأنشطة والحركة.

قد يكون السلوك التكراري واضحًا لدرجة أن يُساء تفسيره على أنه نوبات صرع، خاصة إذا كان الشخص يعاني من اضطراب طيف التوحد المترافق مع صعوبات التعلم. ومن الأمثلة على ذلك اضطرابات الحركة النمطية، مثل هز الجسم أو التلويح باليد. ومع التقدم في العمر، قد يتحول هذا السلوك التكراري إلى إيمان حاد على بعض الأمور الروتينية. ويحتاج المختصون إلى مناقشة الصعوبات التي تشكل جزءًا من مسار تطور التوحد، وما إذا كانت هناك أي تحديات أخرى مرتبطة ارتباطًا وثيقًا باضطراب طيف التوحد.

تشير التقديرات إلى أن الاعتلال المشترك يحدث في 70 إلى 83% من حالات التوحد، وما بين 26 و41% من المصابين بالتوحد يعانون من حالتين مرضيتين على الأقل. هذا يعني أن 70 إلى 83% من المصابين بالتوحد لديهم حالة مرضية واحدة بالإضافة إلى التوحد، مثل الصرع، وأن 26 إلى 41% من هذه المجموعة لديهم تشخيص آخر بالإضافة إلى التوحد والصرع، مثل اضطراب النمو.

لذا، عند تشخيص التوحد، يجب الانتباه إلى وجود حالات نفسية وطبية مصاحبة، مثل الاضطرابات العقلية أو الأمراض العصبية أو الوراثية.



الصرع

لتشخيص إصابة شخص ما بالصرع، يجب أن يُصاب بنوبتي صرع غير مبررتين، يفصل بينها أكثر من 24 ساعة.

يعاني 76,000 شخص في الدنمارك من الصرع؛ أي حوالي 1% من السكان. والصرع هو مجموعة متنوعة من الأمراض التي تُعد نوبات الصرع المتكررة هي القاسم المشترك بينها. وتُعد النوبات تعبيرًا عن اضطرابات عرضية أو عابرة في وظائف الدماغ؛ حيث يمكن أن تسبب هذه الاضطرابات، بالإضافة إلى النوبات، صعوبات معرفية دائمة تنشأ عنها تداعيات نفسية واجتماعية. وتنشأ هذه الاضطرابات نتيجة لحدوث نشاط كهربائي غير طبيعي لفترة وجيزة في شبكة من الخلايا العصبية، وخاصةً في القشرة الدماغية. الصرع هو حالة مزمنة. أحيانًا، قد تتسبب ظروف معينة، مثل الحمى أو الإجهاد، في حدوث نوبات الصرع.

كما أن إصابات الدماغ أو الأمراض الدماغية (خلقية كانت أم مكتسبة) تزيد من خطر الإصابة بالصرع. ويصيب الصرع جميع الفئات العمرية. في حوالي 25% من الحالات، يبدأ الصرع في الظهور إما قبل سن 15 عامًا، أو بعد سن 65 عامًا.

الأسباب

تنقسم أسباب الصرع إلى ست مجموعات

1. الصرع الوراثي، حيث يكون السبب، أو يفترض أن يكون، عيبًا وراثيًا أو مكتسبًا في المادة الوراثية. ومن الأمثلة على الصرع الوراثي: ألد اعتلالات الدماغ الصرعية المبكرة (أي أمراض الدماغ)، مثل متلازمة درافيت

2. الصرع البنيوي (أعراض سابقة)، مع وجود مرض كامن معروف يسبب تشوهًا كبيرًا أو بسيطًا في الدماغ. تشمل أمثلة الصرع البنيوي الصرع لدى الطفل المصاب بتشوه خلقي أو مرض تنكسي (متفاقم) في الدماغ، مثل التصلب الدرني

3. الصرع الذي يسببه الأيض، حيث تكون التغيرات الحاصلة في عملية التمثيل الغذائي في الجسم هي السبب في حدوث نوبات الصرع، مثل التغيرات الحاصلة في الجينات التي ترمز إلى نقل السكر إلى الدماغ

4. الصرع المُعدّي، قد ينشأ بسبب عدوى في الجهاز العصبي المركزي، مثل التهاب السحايا

5. الصرع المناعي، حيث تتسبب التغيرات التي تصيب الجهاز المناعي في حدوث نوبات الصرع، نذكر منها: التهاب الدماغ راسموسن.

6. الصرع مجهول المنشأ، وهي حالة يصعب فيها تحديد أي من الأسباب السابقة باعتباره سببًا للصرع، على سبيل المثال، حالات التشنجات الصرعية (وتبدأ في الطفولة).

تكون بعض نوبات الصرع خفيفة لدرجة تجعل اكتشافها أمرًا في غاية الصعوبة، في حين أن بعضها الآخر يمكن أن يكون واضحًا ومأساويًا.

إن نوبات الصرع ليست مجرد نوبات تشنجية كما يتبادر إلى أذهان الكثير من الناس عند الحديث عن الصرع. فبالإضافة إلى التشنجات، هناك أعراض أخرى قد تشمل فقدان الوعي، ورمش العين، وتحريك الرأس، والتصلب، والوخز، والسقوط، وما إلى ذلك. ويعاني العديد من الأشخاص المصابين بالصرع من سلس البول، وخروج زبد من الفم، والتعرق أثناء النوبة. وفي كثير من الأحيان، يبدو كل نوع محدد من النوبات متشابهًا من نوبة إلى أخرى، ولكن يمكن لأنواع مختلفة من النوبات أن تصيب الشخص نفسه، كما يمكن أن يحدث الصرع بدون ظهور نوبات واضحة مباشرةً. بفضل نشاط الدماغ الليلي (المُكتشف عن طريق تخطيط كهربية الدماغ)، قد تقتصر الأعراض على الانفعال الليلي وضعف الأداء أثناء النهار الذي يظهر على شكل إرهاق ذهني وانخفاض القدرة على التعلم.

التقييم

يُعد السجل الطبي الشامل، بما فيه الوصف التفصيلي للنوبات والفحص السريري أو العصبي، أمرًا في غاية الأهمية.

كما أنه من المهم إجراء تقييم واسع ومتعدد التخصصات لوظائف الدماغ، إضافةً إلى تحليل تفصيلي لنوع الصرع ونوع النوبات. على سبيل المثال، قد يكون من المناسب النظر إلى الأداء العقلي، بما في ذلك الشكاوى الإدراكية والتداعيات الأخرى الناجمة عن الصرع والأمراض المصاحبة؛ وهو ما يتيح الوصول إلى تقييم أكثر شمولًا وتخصيصًا، من أجل اتخاذ تدابير فردية.

يرتبط العديد من التشخيصات بزيادة انتشار الصرع، مثل اضطراب طيف التوحد، واستسقاء الرأس (زيادة ضغط السوائل في الدماغ)، والشلل الدماغي، وضعف النمو. وغالبًا ما يعاني العديد من المصابين بالصرع من مشاكل في الصحة العقلية، مثل القلق والاكتئاب.

علاج الصرع

عادةً ما يستهدف العلاج الأعراض، أي نوبات الصرع؛ وهو ما يعني أنه لا يمكن القضاء على سبب الصرع نفسه.

بشكل عام، يكون العلاج طبيًا، حيث يتعين تناول أدوية الصرع حسب الاتفاق مع الطبيب المعالج، وهناك العديد من الأمور التي يجب أخذها في الاعتبار عند اختيار الدواء، والعوامل المحددة هي نوع النوبات، ومرض الصرع، والعمر، والجنس، والاعتلالات المصاحبة.

من المهم اطلاع المصاب بالصرع، وعائلته، والمسؤولين عن تقديم الرعاية له، على ماهية العلاج الطبي بشكل شفهي وكتابي أيضًا. وفي كثير من الأحيان، تكون الآثار الجانبية الأكثر شيوعًا مؤقتة، وغالبًا ما تختفي بشكل تلقائي؛ لذا يجب تأخير زيادة جرعة الدواء. وقد تحتاج آثار أدوية الصرع في العديد من الحالات إلى أسابيع أو شهور حتى تبدأ في الظهور، أما في حال التوقف عن تناول أدوية الصرع بشكل مفاجئ، فسيؤدي هذا إلى خطر حدوث نوبات؛ لذا يجب الاتفاق مع الطبيب المعالج حول أي تغييرات في الدواء.

في بعض الحالات، يتبين بوضوح للشخص المصاب بالصرع ومقدمي الرعاية، أن هناك أحداثًا أو أنشطة معينة تحفز حدوث النوبات، أما بالنسبة إلى الآخرين، فيكون الأمر غير واضح. وبالتالي قد يكون من المهم إيلاء اهتمام خاص لحياة المصاب اليومية وكيفية إدارة طاقته.

قد يحتاج بعض الأشخاص، وفقًا لنوع الصرع المصابين به، إلى إجراء عملية جراحية للصرع، بما في ذلك عملية تحفيز العصب المبهم، بينما قد يستفيد البعض الآخر من نظام غذائي خاص.

الآثار الجانبية

قد تنجم عن العلاج الطبي عدة آثار جانبية. كما أنه من الممكن أن تتأثر علاجات الأمراض الأخرى بأدوية الصرع، فيزداد تأثيرها أو ينخفض. لذا يجب دائمًا إخبار الطبيب المعالج عن الأدوية التي يتناولها مريض الصرع، بما فيها العلاجات الطبيعية، وعن الآثار الجانبية التي يعاني منها. كما يجب استشارة الطبيب حول التغيرات السلوكية والإدراكية، والإرهاق المتزايد، وعن أي تغيرات في الشهية/الوزن أيضًا.

الصرع واضطراب طيف التوحد بوصفهما تشخيصًا مزدوجًا

من الممكن وجود أسباب كثيرة ومتنوعة للإصابة بكل من اضطراب طيف التوحد والصرع. والقاسم المشترك بينهما هو أن الجينات الوراثية تحتل مركز الصدارة في أغلب الأحيان.

هنالك احتمال كبير لزيادة انتشار اضطراب طيف التوحد لدى مرضى الصرع، والعكس صحيح. ففي حين أن حوالي 1% من السكان يعانون من اضطراب طيف التوحد، و1% أيضًا مصابون بالصرع، فإن ما بين 25 و30% من الأشخاص المصابين باضطراب طيف التوحد هم مصابون بالصرع أيضًا. وتُظهر نسبة 50% ممن يعانون من اضطراب طيف التوحد نشاطًا صرعيًا عند تخطيط كهربية الدماغ. يمثل الأشخاص المصابون بالصرع والأشخاص والمصابون باضطراب طيف التوحد مجموعات متنوعة، وهناك قدر كبير من التباين في أنواع النوبات لدى الأشخاص الذين لديهم تشخيص مزدوج بالصرع واضطراب طيف التوحد، كما هو الحال لدى الأشخاص المصابين بالصرع فقط.

تزيد الإصابة المبكرة بالصرع من خطر ظهور أعراض سلوكية مشابهة لأعراض اضطراب طيف التوحد. يُعد الصرع والسمات الشبيهة بالتوحد أمرًا شائعًا في أمراض مثل متلازمة ويست، ومتلازمة ريت، ومتلازمة أنجلمان، ومتلازمة الصبغي إكس الهش (FXS) والتصلب الدرني.

ويجب أن تثير ظاهرة النوبات المتكررة والمتواصلة الشك في الإصابة بالصرع. يظهر الصرع بعدة طرق، بما في ذلك لدى الأشخاص المصابين باضطراب طيف التوحد. رغم أن اضطراب طيف التوحد غير مرتبط بأنواع معينة من نوبات الصرع، إلا أن الدراسات تشير إلى أن النوبات البؤرية المترافقة بتأثر الوعي تُعد الأكثر شيوعًا. ومع ذلك، فإنه من المهم الوعي بأي وقائع يمكن أن تثير الشك في احتمالية الإصابة بالصرع، والتي قد تتمثل في تغيرات في السلوك، أو مشكلات لغوية حديثة، أو اضطرابات في النوم.

فحص تخطيط كهربية الدماغ

يمكن لفحص تخطيط كهربية الدماغ توفير الأساس الملانم لتقييم احتمالية وجود صلة بين النوبات والنشاط الصرعي. إذا كانت محفزات النوبات معروفة أو حتى مشتبهًا بها، فمن الضروري جدًا الإبلاغ عنها قبل الفحص.

العلاج الطبي للصرع واضطراب طيف التوحد

قد يزيد الإقران بين أدوية الصرع وأدوية العلاج النفسي من خطر الآثار الجانبية بشكل كبير. لذا يجب توخي الحذر الشديد عند تناول أدوية الصرع، حيث يمكن أن تسبب مشكلات نفسية وسلوكية، مثل نوبات الغضب، والانفعال، والاكتئاب، ومشكلات سلوكية خارجة، كما يمكن أن يؤدي هذا النوع من الأدوية المضادة للصرع إلى تفاقم المشكلات السلوكية الموجودة أساسًا.

يصعب أحيانًا اكتشاف الآثار الجانبية، خاصةً لدى الأشخاص الذين يعانون من ضعف التواصل اللفظي. وقد يكون الشعور بالضيق، والغضب، ورفض تناول الطعام، وأعراض محددة أخرى، من الآثار الجانبية للدواء. ومن ناحية أخرى، قد يُساء تفسير تقلبات المزاج الطبيعية المرتبطة بالمرض نفسه فتوصف بأنها آثار جانبية. يمكن للأدوية المثبطة لنشاط الصرع أن تجعل المريض أكثر يقظةً ونشاطًا، وهو ما قد يُفسَّر على أنه آثار جانبية.

نوبات صرع أم أعراض توحد

يعاني الأشخاص المصابون باضطراب طيف التوحد المترافق مع ضعف النمو العقلي من صعوبات نفسية وسلوكية معقدة.

من المهم تحري الأعراض، فالأسباب المختلفة تتطلب علاجات وإجراءات مختلفة. وفي حال لم يتم الكشف عن سبب الأعراض، سيكون المصاب باضطراب طيف التوحد معرضًا لخطر تناول أدوية الصرع على أساس التشخيص الخاطئ؛ وهو ما قد يتسبب في حدوث آثار جانبية خطيرة، بدون أي تحسن في الأعراض. وفي المقابل، سيكون من غير المجدي البدء في التدخل العلاجي في حال كانت الأعراض والسلوكيات ناجمة عن اضطراب الصرع.

تقييم النوبات مقابل السلوك

عادةً ما تتشابه نوبات الصرع فيما بينها لدى كل فرد على حدة، رغم أن العديد من الأشخاص يعانون من أنواع متعددة من النوبات. وإذا كان النمط يختلف من نوبة إلى أخرى، فقد يكون هذا الأمر بمثابة إشارة إلى وجود مشكلة سلوكية. بشكل عام، تبدأ نوبات الصرع وتنتهي فجأةً، لكن هذا ليس هو الحال دائمًا بالنسبة إلى السلوكيات المتأصلة في التوحد أو ضعف النمو.

وتسمى الحالات التي تؤثر في النوبات وتتسبب في حدوثها بمحفزات النوبات. تختلف محفزات النوبات من شخص إلى آخر، وبعض الأشخاص ليست لديهم محفزات حقيقية. ومن الأمثلة على محفزات النوبات: الإجهاد السلبي أو الإيجابي، وعدم الانتظام في تناول الأدوية، وقلة النوم، ونمط الحياة غير المنتظم، والتغيرات الهرمونية مثل الحيض، إضافةً إلى الحمى والإمساك. ومع ذلك، يمكن أن تؤدي الظروف التي يعيشها مريض الصرع في بيئته إلى إثارة سلوكيات قد تُفسَّر خطأً أنها نوبات صرع. كما قد تكون التغييرات المفاجئة في الروتين، أو جدول الأعمال اليومي الممتلئ أكثر من اللازم، أمرًا مرهقًا ومحفِّزًا للنوبات، وقد تثير تلك العوامل نفسها سلوكيات غير محمودة.

في بعض الأحيان، قد تكون لدى الأسرة أو مقدمي الرعاية تصورات مختلفة عن الأعراض التي تظهر على الشخص. إذا اعتادت الأعراض الظهور في مضمار واحد فقط، على سبيل المثال، عندما يكون الشخص في الرعاية المؤقتة، فقد يشير ذلك إلى أنها استجابات سلوكية لوجوده في بيئة معينة وليست نوبات صرع. ومن ناحية أخرى، قد يكون وجود المريض في بيئة معينة أمرًا مرهقًا بحيث يحفز نوبات الصرع لديه.

يمكن أن يتضمن وصف النوبة النقاط التالية:

- ماذا يحدث أثناء النوبة، وكيف يكون الوعي والحركات والسلوك؟
- كم من الوقت تستمر النوبة؟
- ما هو أول شيء شعر به أو لاحظته الشخص المصاب بالنوبة؟
- ما الذي كان يفعله المريض حين بدأت النوبة؟ هل كان نائمًا، أو مستيقظًا، أو كان يتناول الطعام أو يشاهد التلفاز، وما إلى ذلك؟

صرع أم اضطراب طيف التوحد

سنعرض لكم فيما يلي المشكلات الأكثر شيوعًا التي قد تواجهها المؤسسات السكنية، والمدارس، والأماكن الأخرى التي تعمل مع هذه الفئة المستهدفة بشكل يومي.

يمكن أن تكون نوبات فقدان التركيز التي لا يستجيب فيها الشخص للكلام جزءًا من نوبات الصرع، أو أحد أعراض اضطراب طيف التوحد، أو ما يسمى بـ "الانعزال التوحيدي". كما تُعد نوبات الانسحاب؛ أي تلك التي يتعذر فيها التواصل مع المصاب، شائعة نسبيًا في حالات اضطراب طيف التوحد. وقد يصعب التمييز بين أنواع النوبات المختلفة، حتى على المختصين ذوي الخبرة. وأضمن طريقة لمعرفة ما إذا كان فقدان التركيز ناجمًا عن الصرع هو تسجيل تخطيط كهربية الدماغ أثناء النوبة.

نادرًا ما يكون سلوك إيداء النفس جزءًا من نوبة الصرع. وفي المقابل، يمكن لاضطراب الصرع، مع أو بدون نوبات مرئية، أن يسبب خللاً في النوم والتركيز، ويعزز سلوكيات التوحد مثل الحركات المتكررة.

كما أن هناك احتمالاً بأن يعاني المصابون بالصرع، وخاصةً الأطفال والبالغين المصابين بالصرع المستعصي، من الاضطرابات والنوبات الصرعية على نطاق أوسع في الليل؛ وهو ما يسبب لهم مشكلات في النوم. وفي غالب الأحيان، يكون سبب مشكلات النوم معقدًا؛ لذا فمن المهم التركيز بشكل كبير خلال مرحلة التقييم لتوضيح الصورة كاملةً.

قد تعود مشكلات النوم، بالإضافة إلى اضطرابات الصرع وأعراض اضطراب طيف التوحد، إلى أسباب جسدية مثل الارتجاج، والألم، وتضخم اللوزتين، أو أسباب نفسية مثل القلق والاكتئاب. وتشيع مشكلات النوم لدى الأطفال أكثر من البالغين. وفي غالب الأحيان، تؤدي نصائح النوم العامة ثمارها، ونذكر منها: محاولة الاسترخاء قبل النوم بوقت كافٍ، وتجنب النوم أثناء النهار، والنوم في غرفة مظلمة وباردة، إضافةً إلى عدم تناول وجبات كبيرة قبل النوم مباشرةً. يمكن لاضطرابات النوم أن تكون مرهقة للغاية بالنسبة إلى الفرد وإلى أسرته أيضًا؛ إذ لا تؤدي قلة النوم إلى زيادة الإرهاق أثناء النهار فحسب، بل تقلل من عتبة نوبات الصرع أيضًا.

تكون مشكلات التواصل وصعوبات التعلم شائعة في حالات التوحد، ويمكن لاضطرابات الصرع، سواء أكانت مصحوبة بنوبات مرئية أم لا، التسبب في حدوث اضطرابات إدراكية وسلوكية تؤثر في الانتباه والتطور اللغوي. وهنا يأتي دور أخصائي علم النفس العصبي لاختبار أو تقييم الفرد لتحديد مدى تأثير اضطرابات الصرع في الإدراك والتطور اللغوي لديه، ويُفضل أن يقوم بذلك بالتعاون مع مرشد اجتماعي لذوي الاحتياجات الخاصة أو أخصائي علاج مشكلات النطق.

يحتاج المصابون بالصرع واضطراب طيف التوحد إلى تدريب

مكثف على المهارات، إضافةً إلى تعلم استراتيجيات التفاعل

الاجتماعي.

غالبًا ما يمتلك الأشخاص الذين يعانون من صعوبات لغوية ناتجة بشكل كلي أو جزئي عن النشاط الصرعي، تاريخًا من التطور اللغوي الطبيعي، لكنه شهد جمودًا أو تراجعًا. وفي معظم الأحيان، تنشأ لديهم انحرافات لغوية دورية، ويضعف إتقانهم للغة مع مرور الوقت. ويمكن في بعض الحالات تخفيف الصعوبات اللغوية الناجمة عن النشاط الصرعي، من خلال العلاج الطبي.

قد يُظهر المصابون باضطراب طيف التوحد سلوكيات خارجية، خاصةً إذا كانوا مصابين بمرض نفسي، أو صرع، أو ضعف في النمو العقلي. ومع ذلك، فنادرًا ما تظهر تلك السلوكيات الخارجة أثناء نوبات الصرع.

يمكن للشعور بالسعادة والأمان في حد ذاته منع حدوث النوبات، وهو في الوقت نفسه يخفف القلق، والاضطراب، والغضب، والسلوكيات الخارجة. لكن ليس بالضرورة أن يختبر الأشخاص أعراضًا أقل لاضطراب طيف التوحد، حتى لو تخلصوا من النوبات أو أصبح تخطيط كهربية الدماغ لديهم طبيعيًا. يُعد اضطراب طيف التوحد حالة مزمنة. من المؤكد أن معظم المصابين سيحتاجون إلى نوع من المتابعة من قِبل السلطات العامة، إضافةً إلى المساعدة في تنظيم البيئة المحيطة بهم طوال حياتهم. ومع ذلك، سيؤدي علاج الصرع إلى تخفيف أعراض اضطراب طيف التوحد لدى بعض الأشخاص. كما يمكن أن يساهم تقليل عدد النوبات، أو التخلص منها، أو انخفاض النشاط الصرعي بين النوبات في تحسين جودة الحياة بشكل كبير.

الصعوبات واستخدام الخطط اليومية

في معظم الأحيان، يواجه العديد من الأشخاص ذوو التشخيص المزدوج بالصرع والتوحد تحديات كبيرة في الحياة اليومية؛ إذ قد تمر عليهم أيام يشعرون فيها بالارتياح، فيسعدون بفعل الأشياء أو المهام التي تحفزهم، ويقومون بإنجازها على أكمل وجه، ثم يمرون بفترات أخرى يواجهون فيها مشكلات حقيقية في إدارة المهام التي كان من الممكن تأديتها بدون صعوبة.

- ما الذي يسبب هذه التقلبات في الحياة اليومية؟
- كيف يمكن تنظيم الأمور بحيث يشعر كل شخص بالأمان ويتمكن من التأقلم حتى في أصعب الأوقات؟

أهمية أن تشعر بتفهم الآخرين لك

لكي يكون الشخص قادرًا على التعبير عن رغباته واحتياجاته ومشاعره، يتعين عليه التعبير عن نفسه بشكل واضح، وأن يكون قادرًا على فهم العالم من حوله. وغالبًا ما يعاني الأشخاص المصابون بالصرع واضطراب طيف التوحد من مشاكل كبيرة في التكيف مع بيئاتهم، أو فهم ما الذي قد يُحدث تغييرًا في حياتهم اليومية.

كما لا يستطيع الأشخاص المصابون باضطراب طيف التوحد استيعاب المعلومات الحسية، مثل لغة الجسد وتعبيرات الوجه، وتفسيرها وتنظيمها. يمكن للصرع أن يؤدي أيضًا إلى تفاقم المشكلات المتعلقة بتنظيم الحياة اليومية؛ إذ يمتلك العديد من الأشخاص المصابين حسًا ضئيلاً جدًا بالأمر من حولهم، ولا يرون سوى بعض الروابط المنطقية فيما يجري. وهو ما قد يتجلى في مشكلات في تفسير التواصل غير اللفظي وسلوك الآخرين، أو التكيف مع انفعالاتهم وعواطفهم الخاصة وتنظيمها.

ومن الممكن أن تؤدي مشكلات التواصل والفهم إلى صعوبة التواصل اللفظي. بينما قد تظهر محاولات التعبير عن انعدام الراحة أو الأمان في صورة سلوك عدواني أو قهري. وغالبًا ما يُساء فهم هذا السلوك من قِبل المحيطين، ويُقابل بالتوبيخ أو العقوبات. وقد يُصاب المحيطون والداعمون بالإحباط لكون الشخص المصاب غير قادر على إنجاز المهام الموكلة إليه في الأوقات الصعبة، والتي يمكنه إدارتها بسهولة في الأوقات الجيدة.

يمكن لعدم التفهم والتعامل بمرونة مع المريض، خاصة إمكانية تقليل المتطلبات في الأيام السيئة، أن يؤدي إلى ظهور مشكلات سلوكية مثل العدوانية أو إيذاء النفس؛ بينما قد تكون ردة فعل آخرين هي الانسحاب ومحاولة تجنب المواقف التي لا يستطيعون التعامل معها لتفادي الشعور بالخسارة والهزيمة.

سيحتاج المصابون بالصرع واضطراب طيف التوحد إلى التدريب على المهارات وتعلم استراتيجيات التفاعل الاجتماعي؛ وهي مهارات يمكن للآخرين تعلمها بدون بذل جهد يُذكر. وبغض النظر عن أنماط ردود الفعل الشخصية، فإن فشل التكيف في الأيام السيئة سيؤدي إلى تقليل فرص التواصل الاجتماعي الإيجابي، ومواقف التعلم الجيدة. كما سيعطي نمط السلوك العدواني الآخرين شعورًا بعدم الأمان، وقد يولد لديهم رغبةً في البقاء بعيدين وحفظ مسافة أمان. وهو ما قد يؤدي على المدى الطويل إلى انغماس المريض في العزلة والوحدة.

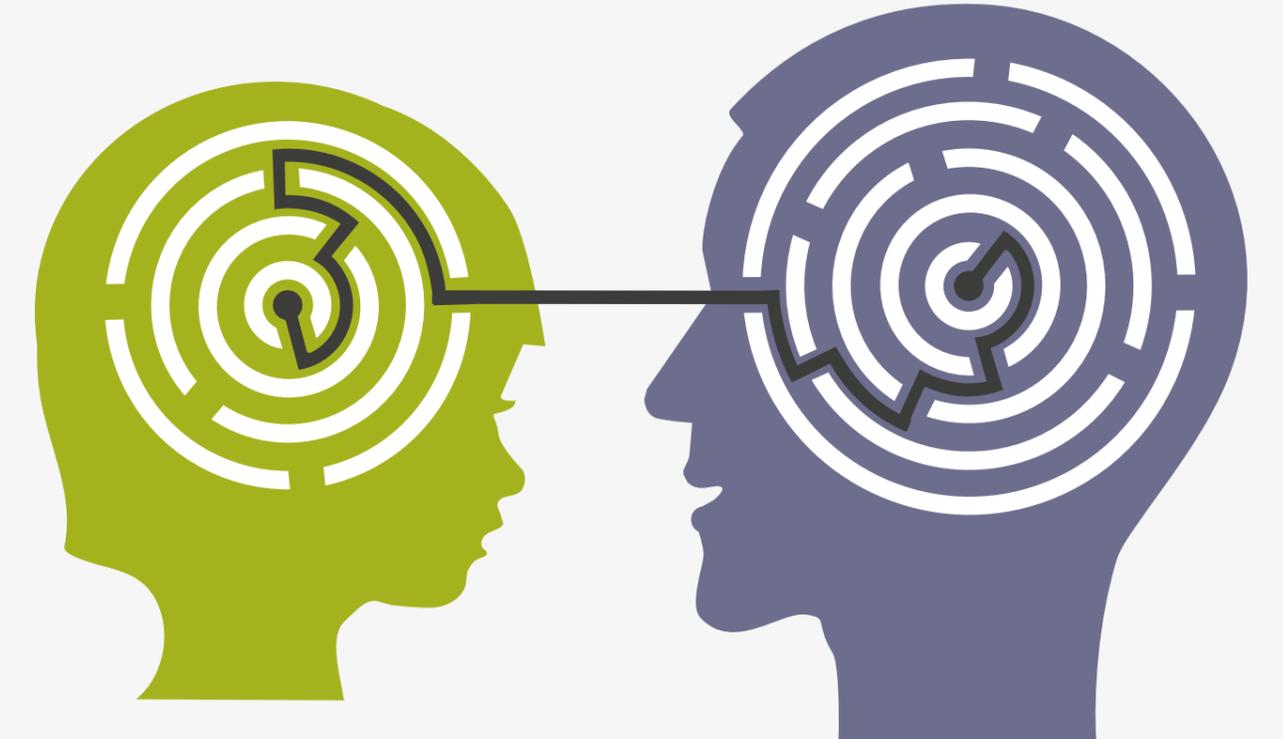
تنظيم التدخل

التعاون متعدد التخصصات

من المهم إجراء تقييم شامل ومتعدد التخصصات لتحديد الأسباب التي قد تكمن وراء الصعوبات التي يواجهها المريض في حياته اليومية. كما يُعد من المهم على وجه الخصوص اختيار مستوى الأداء الوظيفي، العقلي والجسدي على حد سواء، لتحديد الموارد الشخصية لدى الفرد وحدود إمكانياته. سيكون العلاج والتدابير المتخذة لتخفيف المشكلات أو الحد من ظهورها، خاصة لكل شخص على حدة، وفقاً لنتيجة التقييم.

استخدام الخطط اليومية بوصفها أداة لتنظيم الحياة اليومية

يحتاج العديد من المصابين بالصرع واضطراب طيف التوحد إلى إجراءات روتينية، وإلى مساعدتهم في تنظيم حياتهم؛ فهم قد يجدون المفاجآت والمناسبات المفاجئة وغير المتوقعة أمراً مزعجاً للغاية. ويجب أن تتضمن الخطة اليومية أهدافاً معينة وأنشطة محددة لممارستها خلال اليوم، كما يجب أن تحتوي هذه الخطة على معلومات محددة عن الأنشطة التي يجب ممارستها، ومتى، ومن سيكون المسؤول عن تنفيذها. ويتمثل الهدف من وضع خطة يومية في تنظيم الروتين اليومي ومنح المريض شعوراً بالقدرة على التنبؤ والتحكم. إذن، فالخطة يجب أن تكون بمثابة أداة مساعدة للذاكرة، ومصدر للمعلومات. ويمكن للخطة اليومية الجيدة أن تُجنب الشخص كثيراً من الإحباط والسلوكيات الصعبة، كما يمكن أن تساعد في تسهيل التنقل بين الأنشطة.



الخطط اليومية والتواصل

مع مرور الوقت، تصبح الخطة اليومية وسيلة للتواصل؛ لذا فمن المهم تشكيلها بما يتناسب مع ظروف الفرد واحتياجاته.

يعاني الكثير من المصابين بالصرع واضطراب طيف التوحد من صعوبات في القراءة وغالباً ما يضطرون لاستخدام خطط يومية مصورة؛ أي رسوم توضيحية مصممة حسب احتياجات كل فرد، بينما قد يجد آخرون صعوبة في فهم الرابط بين الصورة والشيء أو النشاط المقصود. في هذه الحالات، يمكن استخدام أشياء معينة لتكون بديلاً عن الصور. في كثير من الأحيان، قد يستغرق الأمر بعض الوقت لتدريب الشخص على استخدام الخطة، تماماً كما يستغرق الأمر بعض الوقت لتعلم لغة جديدة.

الخطط اليومية والمشاركة

تعتمد الخطة اليومية الجيدة على موارد الفرد واهتماماته الشخصية، ويجب أن تكون محفزة وتوفر شعوراً بالتأقلم، كما يجب أن يكون الشخص قادراً على إضافة أنشطة إلى الخطة. يساعد استخدام الخطة اليومية أيضاً العاملين الموثقين والعاملين بدوام جزئي الذين ليست لديهم معرفة متعمقة بالفرد، في الحفاظ على الأنماط اليومية والأسبوعية المخطط لها.

غالباً ما يحتاج الأشخاص المصابون بالصرع واضطراب طيف التوحد الذين يفكرون إلى القدرة على التواصل اللفظي إلى ترجمة شفوية من قبل مقدمي الرعاية. يجب أن تكون نقطة الانطلاق للخطة اليومية هي احتياجات الفرد، ليتمكن من وضع حدوده الخاصة أو تحديد الأمور التي يمكنه إدارتها، وبالتالي اكتساب الشعور بالسيطرة. ومن المهم أن يمتلك كل من في الشبكة المحيطة فهماً مشتركاً لسلوك الشخص، وأن يكونوا مستعدين للعمل معاً. يُعد استخدام خطة يومية منهجاً يجب تكييفه باستمرار مع الفرد، مع مراعاة ردود أفعاله، وحياته اليومية، ومبادراته. وتحتاج عملية وضع الخطط اليومية إلى المرونة والتقييم المستمر.

يمكن للخطة اليومية الجيدة أن
تُجنب الشخص كثيراً من الإحباط
والسلوكيات الصعبة

الخطط اليومية البديلة

بالنسبة إلى الفرد، يمكن أن تكون التحديات اليومية كبيرة ومتقلبة لدرجة يصعب معها وضع خطة للتعلم. وقد تؤدي محاولة تنفيذ خطة يومية قائمة في يوم سيئ إلى الإحباط واليأس وظهور المشاكل السلوكية.

إذا كانت تحديات الحياة اليومية كبيرة، فقد يكون من الضروري وجود خطة يومية بديلة لاستخدامها في الأيام السيئة. وربما يكون من الضروري وضع خطتين أو ثلاث خطط يومية؛ الخطة (أ) و(ب) و(ج)، حيث يمكن تنفيذ الخطة (أ) في الأيام الجيدة، والخطة (ب) في الأيام الأقل جودةً، والخطة (ج) في الأيام السيئة.

تشكل صعوبات التكيف والإجهاد والقدرة على التأقلم والرافهية عوامل مهمة عند تقييم استخدام الخطة اليومية.

الحياة اليومية

بعض الأشخاص ممن يعانون من اضطراب طيف التوحد والصرع يتطور لديهم سلوك خارج، بينما يقوم آخرون بإذاء أنفسهم، فتجدنا نرى أشخاصًا كبارًا وأقوياء ممن بلغوا سن الشباب أو الرشد يتسببون في مواقف صعبة تجعل عائلاتهم والمحيطين بهم يتصلون من مسؤولياتهم أو يتراجعون بغية الابتعاد عن تلك الصعوبات بدلاً من منع حدوثها. وتمتلك المدارس ورياض الأطفال ومؤسسات الرعاية النهارية والمؤسسات السكنية وغيرها، مهارات اجتماعية وتربوية، يتوجب أن يكون الوصول إليها متاحًا للأهل وشبكة المحيطين حين تستدعي الحاجة. تُعد المشاركة في الأنظمة والإجراءات الروتينية المنظمة التي تسمح للشخص بالعمل قدر الإمكان رغم تشخيصه بالمرض، أمرًا في غاية الأهمية بالنسبة إلى الشخص وحياته اليومية وتطوره المستقبلي.

قد يعاني المصابون بالصرع واضطراب طيف التوحد من التصلب، حيث تكون للتغيرات الصغيرة تداعيات بالغة على سلوكهم. بينما يخلق العديد من الانطباعات الحسية، والضوضاء أو الأصوات الكثيرة بيئة غير مريحة مع ردود فعل لاحقة لها. لذا من الصعب مرافقة الشخص في السياقات الاجتماعية، مثل الذهاب إلى المتاجر أو زيارة الأصدقاء، حيث قد تطرا بعض المواقف الصعبة فجأة. ويعاني الأهل بشكل خاص من اتهامهم بأنهم آباء سيئون وغير قادرين على السيطرة على طفلهم عند ظهور مواقف أو سلوكيات صعبة. يعمل المصابون باضطراب طيف التوحد والصرع بشكل أفضل عندما يسير اليوم وفقًا لنمط ثابت يمكن التنبؤ به. لذا، يجب اتباع روتين محدد مسبقًا، يومًا تلو الأخر.

التحديات الاجتماعية والتربوية في مؤسسات الرعاية النهارية

نستعرض فيما يأتي المبادئ العامة التي يجب أن تتبعها المؤسسة الاجتماعية والتربوية الناجحة، فيما يتعلّق بالأشخاص المصابين بالصرع واضطراب طيف التوحد، حيث يُعد من المهم دراسة تأثير الصرع والمتطلبات الأساسية للتعلم، للاطلاع بشكل كافٍ على حالة الفرد قبل النظر في دراسة خطط التعلم والعمل الخاصة بكل فرد ووضعها في سياق محلي.

الصرع بوصفه أحد العوامل المعقدة لدى الأشخاص المصابين بالتوحد

- ما نوع الصرع الذي يعاني منه الشخص؟
- هل يجب البحث أكثر في الأمر؟
- ما هي المهارات المهنية اللازمة لتسليط الضوء على الجوانب المختلفة لهذا الأمر بشكل ملائم؟

يزيد الصرع من خطر مواجهة صعوبات التعلم العامة والخاصة، إضافةً إلى الصعوبات الاجتماعية. قد تكون الصعوبات المعرفية دائمة أو مؤقتة وذات طبيعة مختلفة، لكن التشخيصات طويلة الأمد تظهر أن للصرع تأثيرًا سلبيًا في المستوى التعليمي والارتباط بسوق العمل، والحالة الاجتماعية والقدرة على إدارة الحياة اليومية بشكل مستقل.

ويعتمد التأثير السلبي على تشخيص الصرع وبدايته، وتكرار النوبات، ووجود تشخيصات إضافية أخرى. يُعد انخفاض الإيقاع النفسي الحركي، والتقلبات اليومية، والميل إلى التوتر أمرًا شائعة لدى المصابين باضطراب طيف التوحد والصرع. ويمكن أن تسبب أدوية الصرع آثارًا جانبية قد تؤدي إلى تفاقم الصعوبات.

في كثير من الأحيان، يرتبط الصرع لدى المصابين باضطراب طيف التوحد بانخفاض الوظائف المعرفية. ويعاني واحد من كل ثلاثة أشخاص مصابين بضعف النمو واضطراب طيف التوحد من الصرع أيضًا، مقارنةً بواحد من كل عشرين شخصًا من ذوي الأداء الوظيفي العالي المصابين باضطراب طيف التوحد.

النهج الاجتماعي التربوي

- كيف يمكننا فهم الإشارات السلوكية المختلفة وتفسيرها؟
- ما هو الصرع، وما هو غير الصرع؟
- ما الصعوبات التي يختبرها هذا الشخص، وما هي كفاءاته؟

تقييم متعدد التخصصات

يحتاج المصابون بالصرع واضطراب طيف التوحد معًا إلى نهج متخصص يهتم بالتشخيص وتصميم الإجراءات الاجتماعية والتربوية اللازم اتخاذها، كما تجب معالجة الصعوبات الناجمة عن اضطراب طيف التوحد، من خلال مراعاة مستوى النمو، والمشكلات الناتجة عن النوبات، والصعوبات المتعلقة بمرض الصرع.

تلعب مساهمة المعلمين والمرشدين الاجتماعيين الخاصين دورًا حيويًا في التعاون متعدد التخصصات في الأمور المتعلقة بالأشخاص المصابين بالصرع واضطراب طيف التوحد.

يمكن أن يؤدي نقص المعرفة حول التعايش مع الصرع و/أو التوحد إلى تعقيد الجهود الاجتماعية والتربوية والحياة اليومية للشخص، على سبيل المثال، مثل النتائج الناجمة عن توجيه مطالب لا تتلاءم مع سلوكه أو إساءة تفسير ذلك السلوك.

غالبًا ما يكون هناك شك فيما إذا كان السلوك ناتجًا عن التوحد أم أنه نوبة صرع. ويمكن لنوع الصرع وشكل النوبة أن يكونا عاملاً حاسمًا في تفسير المختصين للسلوك، وتنظيم منهج التعلم، واختيار التعامل مع الشخص.

هل يعاني الشخص من نوبات يفقد فيها الوعي بشكل كامل أو جزئي؟ كم تستمر تلك النوبات، وكيف يمكن ملاحظتها؟ هل هناك أي سلوكيات تشير إلى بداية النوبة، مثل البحث عن شخص بالغ، أو الانفعال، أو التصلب؟ كيف يتصرف الشخص بعد النوبة، هل يكون أكثر حساسيةً للضوضاء، أو يحتاج إلى الراحة، إلخ؟ كل هذه أسئلة مهمة يجب النظر فيها.

//

تُعد مشاكل الصحة العقلية أكثر شيوعًا لدى المصابين بالصرع والمصابين باضطراب طيف التوحد وضعف النمو مقارنةً بعامّة السكان.

تتطلب الصعوبات فهماً ومرونة كافيين

في معظم الأحيان، يواجه الأطفال ذوو التشخيص المزدوج بالصرع واضطراب طيف التوحد صعوبات جمة في حياتهم اليومية. وتُعد صحة الطفل وتأقلمه مع محيطه وجوده حياته عناصر مهمة يجب التعبير عنها بمساعدة أهداف تعليمية مدروسة. وغالبًا ما نرى التقلبات جلية في الحياة اليومية.

في كثير من الأحيان، يكون أداء الأطفال المصابين بالتوحد في نفس مستوى أداء زملائهم في الصف، لكن هناك ارتفاع واضح للغاية في نسبة صعوبات التعلم الخاصة والعامية بين الأطفال المصابين بالصرع. وتحتاج هذه الفئة المستهدفة إلى دعم خاص؛ حتى تتمكن من المشاركة بشكل فعال وعادل في الدروس مع بقية الطلاب. يتعين على المعلمين ومديري المدارس إيلاء اهتمام خاص لمعرفة ما إذا كان الطفل يتطور بشكل ملائم لسنه على المستوى الدراسي والاجتماعي، أو ما إذا كان قد بدأ يفقد مهاراته.

قد يستفيد الطفل لفترة من الوقت من التدريس الإضافي لمادة واحدة أو أكثر، ويمكن أن يكون هذا من خلال برنامج تعليمي مخصص يتضمن عناصر مختلفة ومتنوعة، أو مخططاً مصمماً لاثنتين من المدرسين، أو حتى دروساً فردية، يتم تنظيمه مرة واحدة في السنة على الأقل. ويتعين على المدرسة تقييم ما إذا كان يجب الاستمرار في ترتيبات التدريس الخاصة بالطفل، أو تعديلها، أو إنهاؤها.

يُعد الأطفال المصابون بالصرع أكثر عرضةً من غيرهم من الأطفال الآخرين للإصابة بمشكلات في:

- الانتباه والتركيز
- التعلم والذاكرة
- التواصل واللغة
- السلوك والثقة بالنفس، وفهم الذات.

ومن المهم اعتبار الطفل في حد ذاته نقطة انطلاق لتنظيم منهج الدعم.

التوصيات الاجتماعية والتربوية للحصص الدراسية

إمكانية التوقع والهيكلية هما أمران أساسيان

- لوحة المعلومات، على سبيل المثال: الخطة اليومية
- الصور التوضيحية بوصفها أداة بصرية
- يمكن لعدد الوقت تدريب الطفل على الإحساس بالوقت، وخلق الهدوء أثناء تنفيذ مهمة ما
- فترات الاستراحة، من المهم تنظيم فترات راحة منظمة وقصيرة خلال النهار؛ لتجنب تحميل الطفل أعباء لا داعي لها
- تُعد حماية السمع أداة اجتماعية وتعليمية رائعة للأطفال الذين يحتاجون إلى مزيد من الهدوء في قاعة الدرس
- اللغة، تحدث ببطء واستخدم عبارات قصيرة ومقتضبة وواضحة، ولا تحتوي على سخريّة
- "HVs 9" هي أداة تعليمية ذات منشأ دنماركي، ابتُكرت خصوصاً للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. وتقوم على فكرة أن يستفيد الأطفال من معرفة إجابات تسعة أسئلة، جميعها باللغة الدنماركية وتبدأ بالحرفين "hv". وتتضمن الأسئلة أدوات الاستفهام: ماذا، وأين وكيف.

التقلبات اليومية

قد يعاني المصابون باضطراب طيف التوحد والصرع من تقلبات كبيرة في حياتهم اليومية. ومن المرجح وجود أسباب عديدة ومعقدة خلف هذه التقلبات. يُعد الصرع أحد العوامل التي يمكن ربطها بهذا الأمر بوضوح. إن نوبات الصرع والأثار الجانبية الناجمة عنها، وفترة النشاط بين النوبات الصرعية، كل هذه حالات تؤثر في الأداء اليومي للشخص.

قيّم دائماً:

- الأيام السيئة، والأيام الجيدة. ما هي المرحلة التالية؟ (الخطة أ، الخطة ب، الخطة ج)
- ما هي المهارات التي يلزم وجودها لدى الموظفين للتعامل مع تقلبات الشخص، بدون أن يتعرضوا هم أنفسهم للتقلب؟

الإرهاق واضطراب طيف التوحد

قد يعاني مرضى اضطراب طيف التوحد من الإرهاق نتيجةً للانطباعات الحسية الكثيرة التي يتعرضون لها يوميًا، مثل المشاركة في المناسبات الاجتماعية، أو الفصول الدراسية، أو بشكل عام. كما قد يشعر المصابون باضطراب طيف التوحد والصرع بمزيد من الإرهاق بسبب النوبات أو العلاج الطبي. ويمكن للإرهاق أن يؤدي إلى حدوث مزيد من النوبات لدى بعض الأشخاص. لذا يجب أخذ الإرهاق في الحسبان أثناء المبادرات الاجتماعية، والتربوية، والتعليمية.



الدعم مع الإرهاق

يعاني معظم المصابين بالصرع من انخفاض الطاقة لديهم عمّا هي عليه لدى الأشخاص الأصحاء؛ وهو ما يعني أن لديهم موارد شخصية أقل، على الصعيدين الأكاديمي والاجتماعي. ونتيجة لذلك، تجدهم مجبرين على تحديد أولوياتهم إزاء كيفية استخدام تلك الطاقة. وقد يكون من الصعب تعلم ذلك الأمر، فهم لا يرغبون في أن يكونوا متميزين ومختلفين عن الآخرين.

الإرهاق ليس مجرد تعب عادي، بل هو أشد وأكثر صعوبةً، ويحتاج إلى الكثير من فترات الراحة لإعادة شحن طاقتك. يجب على البالغين المحيطين بالطفل بشكل خاص دعمه ومساعدته على تحديد أولوياته فيما يتعلق بكيفية استغلال طاقته. ومن المهم أن نضع في الاعتبار أن احتياطات الطاقة لدى الطفل يجب أن تغطي الدروس، والواجبات المنزلية، والأصدقاء، والعائلة، والأنشطة الترفيهية. فإذا لم تكن لديه الطاقة الكافية لكل تلك الأمور، حينها يتعين على البالغين مساعدته في تحديد أولوياته لتمكين الطفل من بذل أفضل ما في وسعه على الصعيدين الأكاديمي والاجتماعي.

التبديل بين الأنشطة

يجب تقسيم الدروس إلى سلاسل ذات فترات مختلفة تتضمن فترات راحة؛ إذ إن بعض الأطفال لا يمكنهم العمل على مهمة معينة إلا لفترات قصيرة، بينما قد يجد آخرون صعوبة في التبديل بين الأنشطة؛ لذا يجب الحرص على أخذ قسط من الراحة قبل أن يشعر الطفل بالإرهاق الشديد.

الإجهاد العاطفي

عوامل الإجهاد التي يجب تقييمها:

- ما الذي يحفز الإجهاد؟
- ما هي الأنشطة التي يمكن للشخص الانخراط فيها بدون رقابَئين اجتماعية وتربوية؟
- كيف يمكنك منع المواقف من التطور؟
- هل تمتلك أساليب التمويه المناسبة؟

يُعد الإجهاد العاطفي أحد المحفزات الشائعة لنوبات الصرع. ويمثّل تحديًا كبيرًا أمام الأشخاص المصابين باضطراب طيف التوحد والصرع. يمكن أن ينشأ هذا الإجهاد نتيجة للكفاح من أجل التأقلم مع الحياة اليومية. وقد تؤدي هذه المعاناة في التأقلم إلى الشعور بالإحباط والقلق. ينشأ الإجهاد أحيانًا نتيجة للمخاوف والتوقعات، سواء كانت إيجابية أم سلبية. ونجد العديد من مسببات الإجهاد في مؤسسات الرعاية النهارية والمدارس، حيث يتعين على المريض التعامل مع العديد من الأشخاص والمطالب، ومواجهة المواقف التي تنشأ فجأةً وتحتاج إلى تفسير وفهم.

ومن الضروري تحديد ماهية الإجهاد الذي يشعر به الشخص، وفي الوقت ذاته، الأخذ في الاعتبار بأن التوتر الإيجابي، مثل الشعور بالحماس الشديد إزاء أمر ما، يمكن أن يكون أيضًا محفزًا للنوبات. تعد مشاكل الصحة العقلية أكثر شيوعًا لدى المصابين بالصرع والمصابين باضطراب طيف التوحد وضعف النمو، مقارنةً بعامّة السكان.

ويمكن لتقليل مستويات الإجهاد أن يؤدي إلى انخفاض تواتر النوبات، وزيادة إمكانية التعلم، وتقليل احتمالية الإصابة باضطرابات الصحة العقلية في المستقبل. يجب على المرشد الاجتماعي عند التعامل مع هذه الفئة أن يتبنى موقفًا منفتحًا ومرنًا في إطار من الوضوح والقدرة على التوقع، مع وجود مجموعة من الأدوات الاجتماعية والتعليمية والأنشطة الممكنة، أو بعبارة أخرى، "عدم الاستعداد المسبق". من الضروري وجود أنشطة يشعر الشخص فيها بالراحة.

وسنجد أن الأمر يختلف من شخص إلى آخر، لكنه عادةً ما يرتبط بما يهتم به الشخص ويستطيع التأقلم معه بشكل جيد. يخفف الوضوح والقدرة على التوقع بعض الفوضى الداخلية التي يعاني منها المصابون باضطراب طيف التوحد، وكذلك المصابون بالصرع، كما يمكن للخطط اليومية والملخصات الشاملة التي تتكيف مع مستوى النمو توفير إطار الرعاية الملائم لدور مؤسسات الرعاية النهارية أو المدارس، وحتى في الحياة اليومية. ويمكن للمختصين لعب دور كبير في دعم الشخص من خلال إرشاده لتجاوز صعوبات الحياة.

التأقلم

تُعد كل من جودة الحياة والقدرة على التأقلم حجر الأساس في مجال العمل الاجتماعي التربوي، بينما تكون نقطة البداية هي مستوى نمو الشخص وقدرته على التفاعل والتحفيز/المبادرة.

ولكي يتمكن المختصون الذين يلتقون بالشخص في محيط غير مألوف من تنويع متطلبات ومحتوى عملهم، فمن الضروري أن يتناغموا مع الشخص باحترام ويستفيدوا من المعارف التي يحصلون عليها من الأسرة والأشخاص الآخرين في الشبكة المحيطة بالمريض.

- هل تتوافق التوقعات مع القدرات والإمكانيات؟
- أين تقع منطقة النمو القريبة المسؤولة عن التطورين الأكاديمي والاجتماعي؟
- هل يتم وضع التأقلم في الاعتبار عند تحديد الأهداف؟
- وهل الأهداف الأكاديمية والاجتماعية الحالية تتوافق مع الأهداف طويلة المدى وتدعمها؟
- ما الذي قد يجعل من هذا اليوم تحديدًا بداية جيدة للوصول إلى مزيد من التفاعل والتعلم، ونقطة انطلاق نحو الغد؟

يوفر تخطيط نقاط قوة الشخص واهتماماته أساسًا للمناهج الاجتماعية والتربوية. يمكنك الاستفادة من الاهتمامات على جميع المستويات، حيث يمكن لأي شخص يجيد تذكر المعارف الواقعية استخدام الأنماط والتخطيطات لزيادة المعرفة في عدة مجالات وموضوعات، كما يمكن البحث عن الأمور التي تثير اهتمام الشخص، واستخدامها في اللعب والأنشطة التي تركز على الاهتمام والتفاعل المشترك. أحيانًا يكون اكتشاف المزيد من المعرفة هو هدف اجتماعي وتربوي في حد ذاته، وفي أحيان أخرى يكون التركيز على المرحلة التالية من التطور أمرًا مهمًا للتأقلم والشعور بالسعادة.

يمكن أن يؤثر الصرع في إنتاج اللغة وفهمها، حيث قد يواجه الأشخاص المصابون باضطراب طيف التوحد صعوبات جمّة في بعض المجالات، مثل اللغة، والتواصل، والمهارات الاجتماعية. وسيحتاج الكثير منهم إلى التدريب على التواصل المعزز والبديل. لذا من المهم أن يضع مقدمو الرعاية في حسابانهم ما يلي:

- هل هناك حاجة إلى التواصل المعزز والبديل بصفته وسيلة مساعدة اجتماعية وأكاديمية؟
- ما الذي سيدفع الشخص إلى التفاعل معنا، وما الذي سيساعدنا على التواصل معه؟
- ما الطريقة الواجب اتباعها لإجراء التواصل المعزز والبديل والمتابعة؟

يجب أن يتوافق شكل التواصل الذي تم اختياره مع حواس الشخص ومهاراته الحركية وذاكرته ودوافعه، إضافةً إلى مستوى النمو والقدرة على التعلم لديه، على سبيل المثال: لغة الإشارة.

إذا كنت قد اعتدت استخدام شكل معين من التواصل البديل، فسيكون من الأفضل أن تبدأ بالتفكير خارج الصندوق؛ إذ يمكن أن يزيد ذلك من استفادة الشخص من التواصل المعزز والبديل. استخدم صور الشخص في المواقف المهمة في الحياة اليومية، من أجل التواصل معه ومع المختصين؛ حيث يمكن للصور أيضًا أن تكون أدوات للتعلم.

الخدمات الاستشارية الخاصة بمرضى الصرع

يشكل قسم الخدمات الاستشارية الخاصة بمرضى الصرع في مستشفى فيلادلفيا، جزءًا من شبكة تابعة للمنظمة الوطنية للمعرفة والمشورة الخاصة (KaS VISO)، في الهيئة الدنماركية للخدمات الاجتماعية والإسكان. VISO هي المنظمة الوطنية للمعرفة والاستشارات الخاصة العاملة في مجال الاحتياجات الاجتماعية والتربوية الخاصة، حيث نقدم المشورة للمختصين، والمواطنين، والأقارب عن كيفية التعايش مع الصرع في الحياة اليومية. ويقوم موظفونا بتقديم النصح، والمناقشة، وتبادل المعرفة حول مرض الصرع، والمشاكل النفسية والاجتماعية المصاحبة له.

يُعد فيلادلفيا المستشفى الوحيد المتخصص على مستوى عالٍ في علاج الصرع في الدنمارك، إضافةً إلى كونه مركزًا للمعرفة وإعادة التأهيل على مستوى البلاد، للأشخاص الذين يعانون من الصرع وإصابات الدماغ المكتسبة؛ حيث يعمل 800 موظف بجذ يوميًا، من أجل الوصول إلى المصابين بالصرع، وعلاجهم، وإعادة تأهيلهم. من خلال التعاون اليومي مع المستشفى، فإننا نضمن الحصول على معرفة متخصصة بكل ما يحتاج إليه المصابون بالصرع الشديد.

الخدمات الاستشارية متاحة على مستوى الدولة، وهي مجانية للمواطنين، والأقارب، وموظفي السلطات المحلية، والمدارس، وخدمات الإرشاد التربوي والنفسي، والعاملين في مجال الرعاية الصحية.

هل ترغب بمعرفة المزيد؟

تفاصيل الاتصال

الخدمات الاستشارية الخاصة بمرضى الصرع
كولونيبيج 7، 1
ديانالوند DK-4293

رقم الهاتف: +45 58 27 10 31

أوقات الاتصال:

من الإثنين إلى الخميس، من 8 صباحًا حتى 3 عصرًا
الجمعة، من 8 صباحًا حتى 12 ظهرًا

البريد الإلكتروني: soe@filadelfia.dk

www.raad-om-epilepsi.dk

