অটিস্টিক শিশু

অটিজম এমন একটি রোগ যার কিছু লক্ষণ জীবনভর অব্যাহত থাকে। ডায়বেটিস-এর মতো কিছু শারীরিক রোগের লক্ষণও সারা জীবন দেখা যায়। সাধারণতঃ অটিজম চিহ্নিত হয় জন্ম থেকে তিন বছর বয়সের মধ্যে। এর ফলে প্রধান যে সমস্যাগুলো দেখা যায় তা হলো অন্যের সাথে যোগাযোগে সমস্যা, সামাজিকভাবে সম্পর্ক তৈরি করার সমস্যা, ভাষার বিকাশ কম হওয়া, কোন বস্তুর প্রতি অনাবশ্যক আগ্রহ এবং পুনরাবৃত্তিমূলক আচরণ।

লক্ষণ

শিশুর অটিজম দ্রুত চিহ্নিত করাটা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। গবেষণায় দেখা গেছে ২০ থেকে ৩৬ মাসের শিশুর মধ্যে এমন কিছু লক্ষণ দেখা যায় যা দেখে সহজেই অটিস্টিক শিশুকে সনাক্ত করা যায়। লক্ষণগুলো হলো:

- প্রথম ১২ মাসের মধ্যে শিশু আধো-আধোভাবে কোন কথা বলে না।
- কোন ইশারা/ঈঙ্গিত (আঙ্গুল দিয়ে কোন কিছু দেখানো, হাত নেড়ে টাটা বাই-বাই করা ইত্যাদি) করে না।
- প্রথম ১৬ মাসে একটি করে শব্দ বলার চেষ্টা করে না।
- ২৪ মাসের মধ্যে অন্তত দুটি শব্দ ব্যবহার করে (শুধু অনুকরণ করে নয়) স্বতঃস্ফূর্তভাবে কথা বলে না।
- তিন বছর বয়সের মধ্যে শিশুর বিকাশের বিভিন্ন দক্ষতা (যেমন, নাম ধরে ডাকলে ফিরে তাকানো, হাসা, কথা বলা ইত্যাদি) ধীরে ধীরে কমে যেতে থাকে।
- জেদি আচরণ করে এবং অতিমাত্রায় চাঞ্চল্য দেখা যায়।

স্বাভাবিক শিশুদের মধ্যেও এসব লক্ষণের দু-একটি দেখা যেতে পারে। তবে, যদি কোন শিশুর মধ্যে এসব লক্ষণের বেশির ভাগ দেখা যায় তাহলে দেরি না করে চিকিৎসক বা সংশ্লিষ্ট বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিন।

অটিস্টিক শিশুর বৈশিষ্ট্য

শিশুর অটিজম হয়েছে কিনা তা সঠিকভাবে বলতে পারেন একজন মনোচিকিৎসক, সংশ্লিষ্ট বিশেষজ্ঞ, চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী ও সংশ্লিষ্ট প্রশিক্ষক। নিম্নলিখিত বৈশিষ্ট্য দেখে অটিস্টিক শিশুদের চিহ্নিত করা যায়:

১. সামাজিক আচরণের ধরন

স্বাভাবিকভাবে বেড়ে ওঠা শিশুরা জন্মের পর থেকেই বিভিন্ন ধরনের সাধারণ সামাজিক আচরণ করতে শুরু করে, যেমন, নাম ধরে ডাকলে ফিরে তাকায়, আদর করলে হাসে, সমবয়সী শিশুদের সাথে খেলা করে ইত্যাদি। অন্যদিকে, অধিকাংশ অটিস্টিক শিশুর মধ্যে স্বাভাবিক সামাজিক আচরণগুলো করার ক্ষেত্রে বিভিন্ন ধরনের সমস্যা দেখা যায়। যেমন:

- নাম ধরে ডাকলে ফিরে তাকায় না।
- সমবয়সী শিশুর সাথে বন্ধুত্ব তৈরি করতে পারে না (যেমন, একই সাথে খেলা করা, গল্প করা ইত্যাদি)।
- মানুষের দিকে চোখ তুলে তাকায় না।
- প্রায়ই অন্যরা আদর করলে কিংবা জড়িয়ে ধরলে পছন্দ করে না বা ভালো বোধ করে না।
- কল্পনামূলক বা অভিনয়মূলক খেলা (যেমন, পুতুলের বিয়ে দেওয়া, যুদ্ধ-যুদ্ধ খেলা ইত্যাদি) খেলে না।
- অন্যের চিন্তা ও অনুভূতি বুঝতে শেখে ধীরে ধীরে। আবার অনেকে এগুলো বুঝতেও পারে না।
- বিভিন্ন ধরনের সামাজিক পরিবেশে খাপ খাওয়াতে পারে না। যেমন, বিয়ের অনুষ্ঠান বা জন্ম দিনের অনুষ্ঠানে অতিরিক্ত কান্নাকাটি করা, জেদ করা ইত্যাদি।

খুব সাধারণ সামাজিক আচরণ, যেমন, হাসি, তামাশা, চোখের ইশারা, ভাব-ভঙ্গী বা ভেংচি কাটা ইত্যাদি তাদের কাছে অর্থহীন মনে হয়। এ কারণে তারা একই শব্দের বা বাক্যের বিভিন্ন অর্থ ধরতে পারে না। যেমন, ওদের কাছে 'চুপ করো' কথাটি সব সময় একই অর্থ বহন করে, এটা হাসি হাসি মুখে বলা হোক বা রাগের ভঙ্গিতে বলা হোক, তাতে কিছু পার্থক্য হয় না।

২. ভাষার বিকাশ

স্বাভাবিক শিশুরা তিন বছর বয়সের মধ্যেই ভালোভাবে কথা বলতে শুরু করে। গবেষণায় দেখা গেছে, অর্ধেকেরও বেশি অটিস্টিক শিশু জীবনভর কোন কথা বলে না। আর যেসব শিশুর মধ্যে প্রথমে অটিজমের লক্ষণ দেখা যায় না সেসব শিশু তিন বছর বয়সের মধ্যে বিভিন্নভাবে আধো-আধো কথা বলা শুরু করে; কিন্তু, তারপর হঠাৎ করে কথা বলা বন্ধ করে দেয়। আবার অনেক শিশু কথা বলে অনেক দেরিতে। পাঁচ থেকে আট বছর বয়সের পরও কথা বলতে দেখা যায়। যেসব শিশু কথা বলে তাদের অনেকের মধ্যে ভাষা কিংবা শব্দ ব্যবহারে বেশ অস্বাভাবিকতা দেখা যায়। কেউ কেউ যথাযথ শব্দ জুড়তে পারে না, ফলে বাক্য অর্থহীন হয়ে পড়ে, যা পরিবারের সদস্য ছাড়া অন্যরা বুঝতে পারে না।

- কিছু শিশু বিভিন্ন পরিস্থিতিতে সারাদিন একই ধরনের বাক্য ব্যবহার করে। যেমন, 'গাড়িতে ওঠ', 'এখানে বস' ইত্যাদি।
- আবার, ভাষাগত দক্ষতা থাকার পরও, অনেক শিশু বেশি সময় কথা চালিয়ে যেতে পারে না।
- সাধারণ মানুষ আনন্দময় কথা বলতে গিয়ে হাসে বা বিভিন্ন ধরনের মুখভঙ্গি করে। কিন্তু, সচরাচর এই শিশুদের মুখভঙ্গি, দেহভঙ্গি, চলাফেরার সাথে কথার সামঞ্জস্য থাকে না। ওদের কণ্ঠস্বরেও মনের অনুভূতি যথাযথভাবে প্রকাশ পায় না।
- অনেক অটিস্টিক শিশুই যথাযথভাবে ভাষা ব্যবহার করতে পারে না বলে তাদের মনের অনুভূতি ও চাহিদা অন্যের কাছে ঠিকভাবে প্রকাশ করতে পারে না। ফলে, অনেক সময় প্রত্যাশিত কোন জিনিস পাওয়ার জন্য তারা জেদি আচরণ করে।

এই সমস্যাগুলি দূর করার জন্য প্রয়োজন দীর্ঘ মেয়াদি প্রশিক্ষণ। যথাযথ প্রশিক্ষণ না পেলে এসব শিশু হয়তো জীবনভর ভাষার এটুকু ব্যবহারই করবে।

৩. একই আচরণ বারবার করা

- কোন বস্তুর প্রতি অনাবশ্যক গভীর মনোযোগ দেওয়া বা অস্বাভাবিক আগ্রহ দেখানো। যেমন, সুতা, চামচ, কাঠি, গাড়ি ইত্যাদি নিজের হাতের মধ্যে ঘন্টার পর ঘন্টা ধরে রাখা।
- কোন রুটিন কাজ বা পরিবেশের কোন পরিবর্তন করতে চাইলে সহজে মেনে না নেয়া। অর্থাৎ, সব সময় আশেপাশের জিনিস একই রকম ভাবে থাকতে হবে। যেমন, ঘরের কোন জিনিসপত্র সরানো হলে কান্নাকাটি শুরু করা, খেলনা বা জিনিসপত্র সারিবদ্ধভাবে সাজিয়ে রাখা ইত্যাদি।
- বিভিন্ন ধরনের শারীরিক অঙ্গভঙ্গি বারবার করা। যেমন, আঙ্গুল মটকানো, হাত ঘষা, সারা শরীর মচকানো ইত্যাদি।
- সাধারণ কোন কাজে বেশিক্ষণ মনোযোগ দিতে না পারা।

৪. উদ্দীপকের প্রতি সাড়া দেওয়া

- কোন কোন উদ্দীপকের (যেমন, শব্দ, দেখা, স্পর্শ, স্বাদ, গন্ধ ইত্যাদি) প্রতি অতিমাত্রায় প্রতিক্রিয়া করা। যেমন, কেউ কেউ হয়তো টিভির শব্দ শুনলে বা কল দিয়ে পানি পড়ার শব্দে কানে হাত দিয়ে রাখবে অথবা কেউ ঐ শব্দ কোথায় হচ্ছে তা খুঁজতে থাকবে। আবার কেউ কেউ এই শব্দ বারবার শুনতে চাইবে।
- কোন ব্যথা বা যন্ত্রণাদায়ক অনুভূতির প্রতি কম প্রতিক্রিয়া করা/অনুভূতি কম হওয়া। যেমন, শরীরের কোথাও কেটে গেলে বা পুড়ে গেলে সহজে ব্যথা প্রকাশ করে না।
- নিজেকে আঘাত করার প্রবণতা। যেমন, হাত কামড়ানো, দেয়ালে মাথা ঠোকা ইত্যাদি।

উপরোক্ত লক্ষণগুলো প্রধানতঃ অটিজম হওয়ার পর শিশুর মধ্যে দেখা যায়। এই লক্ষণগুলো একেক শিশুর ক্ষেত্রে একেক রকম হতে পারে, কারো মধ্যে বেশি মাত্রায় এবং কারো মধ্যে কম মাত্রায় দেখা যেতে পারে।

অটিজম প্রতিবন্ধ কেন হয়

গবেষণায় দেখা গেছে, মস্তিষ্কের গঠন বা মস্তিষ্কের কার্যপ্রণালীর অস্বাভাবিকতাই অটিজম হওয়ার কারণ। কিন্তু, এই অস্বাভাবিকতার সুনির্দিষ্ট কোন কারণ জানা যায় নি। তবে, জন্মের পর কোন কারণে এটি সৃষ্টি হয় না। নীচে কিছু কারণ উল্লেখ করা হলো:

১. জন্মের সময় শিশুর দেহের কোন ক্রমোজমের সমস্যা তৈরি হলে পরবর্তীতে তাদের মধ্যে বিভিন্ন ধরনের শারীরিক ও মানসিক সমস্যা দেখা দেয়। গবেষণায় দেখা গেছে, যমজদের মধ্যে ভিন্ন যমজদের তুলনায় অভিন্ন যমজদের মধ্যে অটিজম হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।

২. গর্ভকালীন সময়ে মা রুবেলা ভাইরাসে আক্রান্ত হলে (একে জার্মান হামও বলা হয়। বিশেষ করে গর্ভের প্রথম তিন মাসে) শিশুর পরবর্তী জীবনে বিভিন্ন সমস্যা তৈরি হতে পারে। যেমন, অটিজম-এ আক্রান্ত হওয়া, মানসিক প্রতিবন্ধ ইত্যাদি।

৩. গর্ভকালীন সময়ে শিশুর অক্সিজেন সরবরাহ কম হলে অটিজম হওয়ার ঝুঁকি বাড়তে পারে।

৪. গর্ভকালীন সময়ে মানুষের মস্তিষ্ক দ্রুত বড় ও জটিল হতে থাকে। এ সময়ে মস্তিষ্কের বিকাশ স্বাভাবিকভাবে না হওয়ার কারণে শিশুর ভাষা, সংবেদন, সামাজিক ও মানসিক বিকাশে সমস্যা তৈরি হয়।

৫. বিভিন্ন রাসায়নিক উপাদানের পরিমাণগত ত্রুটির কারণে মস্তিষ্কে নিউরোকেমিক্যাল উপাদানের ভারসাম্যহীনতা তৈরি হওয়ার ফলে এই রোগের লক্ষণগুলি দেখা দিতে পারে।

৬. আরো কিছু কারণের কথা বলা হয়। যেমন, এম.এম.আর. ভ্যাকসিন, খাবারে গ্লুটেন অথবা ক্যাসিন ইত্যাদি।

অটিজম কতোটুকু নিরাময়যোগ্য

অটিজম-এর নির্দিষ্ট কারণ কোনটি তা নিয়ে এখনও গবেষণা চলছে। তাই, এখন পর্যন্ত এর এমন নির্দিষ্ট কোন চিকিৎসা পদ্ধতি নেই যার মাধ্যমে শিশু সম্পূর্ণভাবে ভালো হয়ে যাবে। পরিবারে প্রথম যখন কোন শিশুর অটিজম হয়েছে বলে সনাক্ত করা হয় তখন যে সমস্যাটা দেখা যায় তা হচ্ছে বেশিরভাগ বাবা-মা এবং পরিবার এটা মেনে নিতে চায় না। অনেক সময় পরিবারের সদস্যরা বলে, বয়স হলে ঠিক হয়ে যাবে, বাচ্চাদের মধ্যে এ ধরনের আচরণ থাকতেই পারে ইত্যাদি। এসব ধারণার মাধ্যমে বাবা-মা কেবল নিজেদের মনকে প্রবোধ দেওয়ার চেষ্টা করে। এর ফলশ্রুতিতে:

ক) শিশুর প্রয়োজনীয় প্রশিক্ষণ হয় না,

খ) শিশুর উন্নয়ন বাধাগ্রস্ত হয়।

তাই, চিকিৎসা যত দেরিতে শুরু করবেন শিশুর পরিবর্তন ততোই ধীর গতিতে হবে। অবশ্যই মনে রাখবেন, শিশুর অবস্থার উন্নয়নের জন্য প্রয়োজন দীর্ঘ মেয়াদি পরিকল্পনা, প্রশিক্ষণ, রুটিন-মাফিক কাজ করা এবং সময় ও ধৈর্য্যের সমন্বয়। এজন্য প্রথম থেকেই যা দরকার তা হচ্ছে শিশুর বর্তমান পরিস্থিতিকে মেনে নেয়া এবং শিশুর স্বতন্ত্র বৈশিষ্ট্যগুলোর মূল্যায়ন করে তা উন্নয়নের পথ সুগম করা।

জেসান আরা
চিকিৎসা মনোবিজ্ঞানী