**TỰ KỶ CHUNG**

**1.TỰ KỶ LÀ GÌ?**

Là rối loạn phát triển lan tỏa xuất hiện sớm ở trẻ nhỏ và kéo dài với các dấu hiệu:

- Giảm tương tác xã hội: Ít nhìn mắt, ít chỉ tay, ít cử chỉ giao tiếp, không chơi với bạn, gọi ít quay đầu, không khoe, không chia sẻ với người khác.

- Giảm giao tiếp: Chậm nói, nhại lời, phát âm vô nghĩa, nếu nói được lại không biết hội thoại, giọng nói khác thường, không chơi giả vờ.

- Hành vi bất thường: Thích cầm một vài thứ, cuốn hút tivi quá mức, quảng cáo, logo, sách, chữ số, bấm nút đồ điện, đi kiễng gót, chạy quanh, nhìn cử động tay, ăn ít nhai…

**2. PHÂN LOẠI TỰ KỶ**

Tự kỷ điển hình: Xuất hiện ở trước 3 tuổi ở cả 3 lĩnh vực nói trên

Tự kỷ không điển hình: Xuất hiện sau 3 tuổi, không đủ cả 3 lĩnh vực

Tự kỷ chức năng cao: Biết chữ số sớm, trí nhớ máy móc tốt.

Hội chứng phân rã ở trẻ nhỏ: Bình thường trước 3-4 tuổi, sau đó xuất hiện các dấu hiệu tự kỷ nặng.

**3. CÁC DẤU HIỆU BÁO ĐỘNG TỰ KỶ Ở TRẺ TRƯỚC 24 THÁNG**

- Không bập bẹ nói khi 24 tháng tuổi

- Không có cử chỉ khi 24 tháng tuổi: chỉ tay, vẫy tay, bắt tay, nhìn mắt, cười đáp…

- Không nói được từ đơn khi 16 tháng tuổi.

- Không tự nói câu 2 từ khi 24 tháng.

- Mất kỹ năng ngôn ngữ và giao tiếp ở bất kì lứa tuổi nào.

**4. NGUYÊN NHÂN**

- Mang thai bị nhiễm một số loại vi rút

- Khi sinh: bị ngạt sang chấn não, can thiệp sản khoa, sinh non

- Khuyết tật tâm thần, tổn thương hệ thần kinh bẩm sinh các tình trạng nhiễm sắc thể bất thường.

- Gia đình ít quan tâm, xem ti vi quá nhiều làm mức độ tự kỉ nặng thêm, đây không phải là nguyên nhân gây tự kỉ.

**5. TRẺ ĐƯỢC THĂM KHÁM GÌ KHI NGHI NGỜ TỰ KỶ?**

- Khám thần kinh, nội khoa, tâm bệnh, đánh giá theo DSM-V

- Khám răng hàm mặt, tai mũi họng…

- Test tâm lý: Denver, M-CHAT, CARS, thang hành vi cảm xúc.

**6. CAN THIỆP SỚM**

Chuẩn đoán xác định rõ từ 24-30 tháng, nhìn thấy bất thường phải can thiệp ngay.

Hiện chưa có thuốc chưuã khỏi tự kỷ mà chỉ có thuốc rối loạn đi kèm như tăng đồn, hung tính, động kinh…

Can thiệp sớm gồm: Trị liệu hành vi, dạy ngôn gnữ và giao tiếp, trị liệu tâm vận động và điều hòa cảm giác, tự phục vụ, chơi tương tác, kỹ năng xã hội, tư vấn gia đình.

Các kĩ năng cơ bản dạy trẻ tự kỉ: Chú ý bằng nhìn, lắng nghe bẳt trước, giao tiếp bằng cử chỉ, chơi phù hợp, hiểu lời, kỹ năng phát âm.

**7. VAI TRÒ CỦA CHA MẸ**

- Tích cực tìm hiểu tự kỷ, điều chỉnh cảm xúc bản thân.

- Tạo môi trường an toàn, ổn định cho trẻ

- Giành nhiều thời gian cho trẻ: Quan sát, hiểu, tương tác và dạy trẻ phù hợp

- Dạy trẻ mọi lúc mọi nơi bằng vật thật, đồ chơi, tranh ảnh, biếu tượng.

- Kết hợp với các nhà chuyên môn: Bác sĩ tâm lý, giáo viên…

- Chia sẻ kinh nghiệm, cảm xúc, phương tiện dạy trẻ với các cha mẹ khác.

- Ghi nhật ký diễn biến của trẻ và cách can thiệp để rút kinh nghiệm.

**8. HƯỚNG DẪN CÁC CHA MẸ CAN THIỆP SỚM TẠI NHÀ**

- Hàng ngày nên chơi và dạy trẻ ít nhất là 3 giờ.

- Hạn chế trẻ xem ti vi, thường xuyên gọi tên, nhìn mắt, cười đáp, quan sát, gây chú ý với trẻ.

- Dạy trẻ cử chỉ giao tiếp: Chào, ạ, tạm biệt, xin, bắt tay, hoan hô…

- Dạy trẻ chỉ ngón tay vào mắt, mũi, miệng, đồ vật, tranh ảnh…

- Dạy cách chơi đồ chơi và cách tương tác: Chi chành, ú òa, kéo cưa…

- Tập cử động môi lưỡi, khẩu âm, nói từ đơn qua các trò chơi.

- Nói câu ngắn, nhấn mạnh từ chính, giọng rõ rang.

- Sử dụng tranh để giao tiếp ( PECS)

- Tập cho trẻ xúc ăn, cầm chén, vệ sinh, mặc, đi dép…

- Vận động thô: Đi bộ, bò, nhảy, trượt, thể dục, nằm lăn trên bóng…

- Vận động tinh: Xếp, ghép hình, vẽ, to màu, xâu lỗ, cắm, xé, dán…

- Tác động vào da mức độ khác nhau; matxa nông, sâu, dùng bàn chải, bóng gai, bóp đất nặn…

- Sai trẻ việc đơn giản, thực hiện lệnh.

- Cho trẻ đi học và khuyến khích chơi cùng trẻ khác.

- Luôn khen ngợi, động viên, tạo nhu cầu cho trẻ.