



۳۰ تیرماه: روز عقب ماندگی ذهنی

روزهای طلایی برای پیشگیری از بروز عقب ماندگی ذهنی در نوزادان

سه تا پنج روز اول پس از تولد، روزهایی طلایی برای شناسایی بیماری‌های متابولیک و پیشگیری از بروز عقب‌ماندگی ذهنی در نوزادان است.



متأسفانه با وجود پیشرفت علم پزشکی هنوز هم نوزادانی با بیماری‌های مادرزادی و نقص‌های جسمی و ذهنی متولد می‌شوند که انجام آزمایشات غربالگری نوزادان در سه روز اول تولد اهمیت خاصی در خصوص پیشگیری از بروز بیماری دارد.

کم توانی ذهنی یا عقب ماندگی ذهنی اختلالی است که با عملکرد هوشی زیر حد طبیعی و اختلال در مهارت‌های انطباقی مشخص می‌گردد. سن شروع کم توانی ذهنی معمولاً زیر ۱۸ سال است.

منظور از مهارت‌های انطباقی انجام کارهایی است که در هر سن خاص به طور معمول از فرد انتظار می‌رود. عقب ماندگی ذهنی با هوش کمتر از متوسط یا ناتوانایی ذهنی و نبود مهارت لازم برای زندگی روزمره مشخص می‌شود. کسی که ناتوانی ذهنی دارد، در دو زمینه عملکرد فکری و رفتارهای سازگاران محدودیت دارد. عملکرد فکری به توانایی فرد در یادگیری، استدلال، تصمیم‌گیری و حل مشکلات اشاره دارد و رفتارهای سازگاران مهارت‌هایی هستند که برای زندگی روزمره لازم است، مانند اینکه می‌توان به طور مؤثر ارتباط برقرار کرد، با دیگران تعامل داشت و از خود مراقبت کرد.

افراد دارای معلولیت فکری می‌توانند مهارت‌های جدید را یاد بگیرند، اما روند این یادگیری کند است. درجات مختلفی از ناتوانی ذهنی و بسته به علت عقب ماندگی و شدت آن کودک در زندگی دچار مشکل می‌شود.



مهمترین عواملی که باعث شیوع عقب ماندگی ذهنی می شود:

عوامل قبل از تولد: بیشتر شامل تأثیرات ژنتیک و تغییرات کروموزومی می شود. ضمن این که عفونت های رحمی و ابتلای به بیماری سرخچه و توکسوپلاسموز (بیماری خطرناکی که از طریق گربه منتقل می شود) نیز در بروز عارضه نقش دارند.

در این بین عوامل حین تولد مثل و ... نیز مؤثر می باشند.

عوامل حین زایمان و پس از تولد: شامل زایمان مشکل و خونریزی جمجمه و اشکالات تنفسی حین زایمان، ضربات شدید به جمجمه کودک، زردی و یرقان، سیانوز (سیاه شدن)، عفونت های دوران نوزادی به همراه تب و تشنج، کم کاری تیروئید و ... است که با مواظبت از کودک بخصوص در غربالگری ماه اول تولد و تا قبل از سن چهارسالگی می توان از بروز عقب ماندگی ذهنی تا حدی جلوگیری نمود.

عوامل محیطی اجتماعی: تأثیرات محدودتری در بروز عقب ماندگی ذهنی دارند و شامل فقر، تغذیه، ناپایداری خانواده، وضعیت اقتصادی - اجتماعی بد و محرومیت های فرهنگی و استرس های مکرر و فوق تحمل در محیط زندگی کودک است.

رابطه فامیلی زوجین، عامل ۳۰ درصد عقب ماندگی ذهنی متوسط کودکان: از آنجایی که بیش از ۳۰ درصد عقب ماندگی های ذهنی متوسط در اثر علل ژنتیکی ایجاد می شوند، وجود رابطه های فامیلی و سابقه وجود فرد مبتلا به عقب ماندگی ذهنی در فامیل کودک بویژه خانواده درجه یک می تواند مطرح باشد.

نقش اساسی سه سال اول زندگی والدین در شانس عقب ماندگی ذهنی کودکان: وضعیت زندگی والدین در سه سال اول زندگی کودک، از دیگر عواملی است که در دو گروه عوامل فرهنگی، خانوادگی و اجتماعی مؤثر بر عقب ماندگی ذهنی کودک مطرح است. به هر حال همانطور که انتظار می رود عدم رعایت آرامش در فضای خانوادگی منجر به بالا رفتن شانس عقب ماندگی ذهنی می شود.

تأثیر محل زندگی خانواده بر بروز عقب ماندگی ذهنی کودک: از نظر تئوریک پارامترهای زیادی را می توان در مورد تأثیر محل زندگی خانواده بر زمان تولد کودک و وقوع عقب ماندگی ذهنی کودک برشمرد، از جمله دسترسی به امکانات زایمان و تولد بهداشتی، وجود تحرکات مناسب بعد از تولد، سطح تحصیلات والدین، وضعیت اقتصادی و اجتماعی، آلاینده های محیطی (مثل سرب) و ...

تهیه و تنظیم: مرکز بهداشت، درمان و مشاوره دانشجویان