

NISH Online Interactive Disability Awareness Seminar- 42
Frequently Asked Questions (FAQ)

ഓട്ടിസം ബാധിതരായ കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണം നൽകുന്നതിലുണ്ടാകുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ: അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ?

20 ജൂലൈ 2019

1) ഓട്ടിസം ഒരു കുട്ടിയുടെ ഭക്ഷണ ശൈലിയെയും കഴിക്കുന്ന രീതിയെയും ബാധിക്കാറുണ്ടോ?

ഉണ്ട്. ഓട്ടിസം സ്പെക്ട്രം ഡിസോഡർ ഉള്ള മിക്ക കുട്ടികളിലും ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള സെൻസറി പ്രോസസ്സിംഗ് ഡിസോർഡർ കാണാറുണ്ട്. ഏത് ഇന്ദ്രിയത്തെയാണോ സ്വാധീനിച്ചിരിക്കുന്നത് അതിന്റെ തീവ്രതയെ ആശ്രയിച്ച്, എഎസ്ഡി ഉള്ള കുട്ടികൾക്ക് ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ വ്യത്യസ്ത തരത്തിലുള്ള ഭക്ഷണ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകാം. ഉദാഹരണമായി എഎസ്ഡി ഉള്ള ചില കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണത്തിന്റെ ഗന്ധം പ്രശ്നമായി തോന്നാം. അത്തരം ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിക്കാനും അവർക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാകാം. അതുകൊണ്ട് തന്നെ വീട്ടിൽനിന്നും പുറത്തുപോയി ഭക്ഷണം കഴിക്കാനും ഇത്തരക്കാർക്ക് താൽപര്യം കുറവായിരിക്കും.

2) എഎസ്ഡി ഉള്ള കുട്ടികളിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട് സാധാരണയായി എത്രത്തോളം കണ്ടുവരുന്നു?

ഓട്ടിസം ബാധിച്ച 60 മുതൽ 80 ശതമാനം കുട്ടികളും ഭക്ഷണ സാധനങ്ങൾ തിരഞ്ഞുനോക്കിയെടുക്കുന്ന തരക്കാർ ആണ്. ഭക്ഷണ സാധനങ്ങളുടെ ഘടനയിലുള്ള പ്രത്യേകത അനുസരിച്ച് അത് നിരസിക്കുന്നു കുട്ടികളും ഉണ്ട്.

3) എഎസ്ഡി ഉള്ള കുട്ടികളിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ എന്തെല്ലാം?

ഓട്ടിസം ബാധിച്ച എല്ലാ കുട്ടികളും എല്ലാ ലക്ഷണങ്ങളും പ്രകടിപ്പിക്കണമെന്നില്ല. ചിലരിൽ രക്ഷാകർത്താക്കൾ കുട്ടികളെ നിർബന്ധിച്ച് കഴിപ്പിക്കേണ്ടതായി വരുന്നു. പല രീതിയിൽ കുട്ടികളുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിച്ചും വളരെ സമയമെടുത്തുമായിരിക്കും ഭക്ഷണം നൽകുന്നത്. എന്നാൽ മറ്റുകുട്ടികൾ പ്രത്യേകിച്ച് പിഞ്ചുകുഞ്ഞുങ്ങളും പ്രീ സ്കൂൾ കുട്ടികളും ഭക്ഷണം തിരഞ്ഞെടുത്ത് കഴിക്കുന്നവരോ, ഭക്ഷണം കൂട്ടിക്കൂട്ടി കഴിക്കുന്നവരോ, ഭക്ഷണം പൂർണ്ണമായി നിരസിക്കുന്നവരോ ആയിരിക്കും. ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള കുട്ടികൾ താഴെപറയുന്ന ചില അല്ലെങ്കിൽ എല്ലാ ലക്ഷണങ്ങളും പ്രകടിപ്പിച്ചേക്കാം:

- ഭക്ഷണം കഴിപ്പിക്കുന്നതിൽ നിരന്തരമായി ബുദ്ധിമുട്ട് ഉണ്ടാകുന്നു.

- ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ വിസമ്മതിക്കുന്നു.
- പ്രായത്തിന് അനുയോജ്യമായ ഭക്ഷണങ്ങളോ പ്രത്യേക ഘടനയിലുള്ള ഭക്ഷണങ്ങളോ കഴിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ട് കാണിക്കുന്നു.
- ഭക്ഷണം നൽകുമ്പോൾ വേദനയോ മറ്റു വിഷമതകളോ പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു.
- ശരീര ഭാരത്തിലുള്ള വ്യതിയാനം.
- കുട്ടി ഉറങ്ങുമ്പോൾ കുപ്പിയിൽ മാത്രം കുടിക്കുക.
- കുടുംബത്തിൽ മറ്റാർക്കെങ്കിലും ഭക്ഷണ ശൈലിയിൽ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടായിരിക്കുക.

4) എന്തുകൊണ്ടാണ് കുട്ടികളിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട് ഉണ്ടാകുന്നത്?

പല കാരണങ്ങൾ കൊണ്ട് കുട്ടികളിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട് ഉണ്ടാകാം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഒരു അടിസ്ഥാന കാരണം ചൂണ്ടിക്കാണിക്കാൻ പ്രയാസമാണ്. ഈ അവസ്ഥ ഉണ്ടാകാൻ കാരണമാകുന്ന ചില പ്രധാനപ്പെട്ട അപകട ഘടകങ്ങൾ ചുവടെ ചേർക്കുന്നു:

- മാസം തികയാതെയുള്ള കുഞ്ഞിന്റെ ജനനം
- നാഡീവ്യൂഹത്തിലെ തകരാറുകൾ
- വായയുടെ ഘടനാപരമായ തകരാറുകൾ
- ഹൃദയസംബന്ധമായ തകരാറുകൾ
- ഓട്ടിസ്റ്റിക് സ്പെക്ട്രം ഡിസോർഡർ
- കുടുംബത്തിലെ ഭക്ഷണ ശൈലി തകരാറുകൾ
- മെറ്റബോളിക് ഡിസോർഡർ
- പെരുമാറ്റ വൈകല്യങ്ങൾ
- കടുത്ത ഗ്യാസ്ട്രോസോഫേഷ്യൽ റിഫ്ലക്സ്
- ഭക്ഷണ അലർജികൾ

5) എഎസ്ഡി ഉള്ള കുട്ടികളിലെ ഭക്ഷണക്രമത്തിലെ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ പരിഹരിക്കാനാകുമോ?

ഈ അവസ്ഥയുടെ തീവ്രതയും, തരവും , വ്യാപ്തിയുമനുസരിച്ചാണ് പുനരധിവാസ സാധ്യതകൾ കണക്കിലാക്കുന്നത്. എന്നിരുന്നാലും കാലാകാലങ്ങളിൽ എഎസ്ഡി ഉള്ള കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണം കഴിക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ മറികടക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നു.

6) ഇന്റർവെൻഷൻ ടീമിൽ ഉൾപ്പെട്ടവർ ആരാക്കെ?

- സ്പീച്ച് ലാംഗ്വേജ് പാതോളജിസ്റ്റ്
- ഒക്യുപേഷണൽ തെറാപ്പിസ്റ്റ്
- ഫിസിക്കൽ തെറാപ്പിസ്റ്റ്
- ഫിസിയഷ്യൻ
- ഡയറ്റീഷ്യൻ അല്ലെങ്കിൽ ന്യൂട്രീഷ്യനിസ്റ്റ്
- ഡെവലപ് മെന്റൽ സ്പെഷ്യലിസ്റ്റ്

7) എസ്ഡി ഉള്ള കുട്ടികളിൽ എങ്ങനെയാണ് ഭക്ഷണം നൽകാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ പരിഹരിക്കുന്നത്?

പലതരം തൊപ്പികളിലൂടെയാണ് ഈ പ്രശ്നം പരിഹരിക്കുന്നത്. ഇതിൽ പ്രധാനമായും തൊപ്പിസ്തുകൾ ചെയ്യുന്നത് കുട്ടികളുമായി ചേർന്ന് ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്ന സമയം കൂടുതൽ ആസ്വാദ്യകരവും പോഷകപ്രദവുമാക്കുന്നതിന് ആവശ്യമായ കഴിവുകൾ പരിപോഷിപ്പിക്കുക എന്നതാണ്. ഓറൽ സെൻസറി തൊപ്പിയിലൂടെ പുതിയ ഭക്ഷണ പദാർത്ഥങ്ങളും പല ഘടനയിലുള്ള ഭക്ഷണ സാധനങ്ങളും കഴിക്കാൻ കുട്ടിയെ പ്രേരിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു.

8) രക്ഷാകർത്താക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ?

- ഭക്ഷണ സമയം ശാന്തവും സമ്മർദ്ദരഹിതവുമാക്കുക.
- പതിവായി ഒരു ഭക്ഷണ സമയം പാലിക്കുക
- ഭക്ഷണസമയത്ത് കുട്ടികളുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കത്തക്ക വിധം കാഴ്ചകൾ ഒരുക്കുക
- കുഞ്ഞ് ഒറ്റക്ക് ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ താല്പര്യപ്പെടുന്നുവെങ്കിൽ അതിന്റെ കാരണം കണ്ടെത്തുക
- ഭക്ഷണത്തോട് വിരസത കാണിക്കുന്നുവെങ്കിൽ അതിന്റെ സൂചകങ്ങൾ കണ്ടെത്തുക.
- അതോടൊപ്പം കുട്ടി കഴിക്കുന്നതും കഴിക്കാത്തതുമായ ഭക്ഷണ സാധനങ്ങളുടെ ഒരു പട്ടിക ഉണ്ടാക്കി സൂക്ഷിക്കുക.
- പുതിയ ഭക്ഷണ സാധനങ്ങൾ കഴിക്കാൻ അവസരം നൽകുക
- കുഞ്ഞ് ഉറങ്ങുന്നതിനു 2 മണിക്കൂർ മുൻപ് എങ്കിലും ഭക്ഷണം നൽകുക
- കുട്ടി ചില പ്രത്യേക ഘടനയിലുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ മാത്രമേ കഴിക്കുന്നുള്ളൂവെങ്കിൽ സ്പീച്ച് പാത്തോളജിസ്റ്റ് അല്ലെങ്കിൽ ഒക്യുപേഷണൽ തെറാപ്പിസ്റ്റുമായി ബന്ധപ്പെടുക
- കുട്ടി പരിമിതമായ ഭക്ഷണക്രമം മാത്രമാണ് പിന്തുടരുന്നതെങ്കിൽ ഒരു ഡോക്ടറെയും ഡയറ്റീഷ്യനെയും സമീപിക്കുക.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് ബന്ധപ്പെടുക:

നിഡാസ് ടീം 0471-2944675

ആര്യ മനോഹരൻ, ഓഡിയോളജിസ്റ്റ്,
 സ്പീച്ച് ലാംഗ്വേജ് പാത്തോളജിസ്റ്റ്,
 നിഷ്, തിരുവനന്തപുരം 0471-2944634