



เมื่อลูกเป็นแอสเพอร์เกอร์ซินโดรม

นพ.ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

แอสเพอร์เกอร์ซินโดรม คืออะไร

แอสเพอร์เกอร์ซินโดรม เป็นความบกพร่องของพัฒนาการที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวรูปแบบหนึ่ง โดยบกพร่องในทักษะทางสังคม ร่วมกับมีพฤติกรรมหมกมุ่น ทำซ้ำๆ ไม่ค่อยยืดหยุ่น จนเกิดผลเสียต่อการดำรงชีวิต การเรียน การทำงาน และการเข้าสังคม ส่วนด้านการใช้ภาษา สามารถพูดคุยสื่อสารปกติ แต่ไม่เข้าใจลูกเล่น สำนวน มุกตลกต่างๆ มีระดับสติปัญญาปกติ ความจำดีแต่มีปัญหาในการประยุกต์ใช้

เป็นกลุ่มอาการที่คล้ายๆ ออทิสติก (อยู่ในกลุ่มการวินิจฉัยโรคที่เรียกว่า PDDs เหมือนกัน) แต่ไม่เหมือนกันเสียทีเดียว คือพัฒนาการด้านภาษาจะดีกว่าออทิสติก และมีระดับสติปัญญาที่ปกติ หรือสูงกว่าปกติ ซึ่งปัจจุบันเปอร์เซ็นต์ของคนทั่วโลกที่เป็นแอสเพอร์เกอร์ ออทิสติก และพีดีดีอื่นๆ รวมกันจะอยู่ที่ประมาณ 1:1,000 และพบว่ามีแนวโน้มสูงขึ้น พบว่ามีการทำงานของสมองบางตำแหน่งผิดปกติ แต่ยังบอกไม่ได้ว่าอะไรคือสาเหตุที่ทำให้เกิด แม้ว่าจะมีงานวิจัยหลายชิ้นแต่ก็ยังไม่มีความชัดเจนเสียทีเดียว แนวโน้มปัจจุบันเชื่อว่าจะมีความบกพร่องของสารพันธุกรรม ซึ่งความผิดปกติทางพันธุกรรมก็ยังไม่ได้อีกเหมือนกันว่าเกิดจากการถ่ายทอดจากรุ่นต่อรุ่นค่อยๆ สะสมความผิดปกติมาจนแสดงออกในรุ่นหนึ่ง หรือว่าเป็นการกลายพันธุ์ของยีน ซึ่งยังต้องศึกษาวิจัยอีกระยะหนึ่งครับ

พฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้คืออะไร

เด็กที่เป็นแอสเพอร์เกอร์ จะมีความบกพร่องของพัฒนาการด้านสังคมครับ เวลาพูดคุยจะไม่ค่อยมองหน้าสบตา ไม่ค่อยสนใจใคร เรียกก็ไม่หัน เล่นกับเด็กคนอื่นไม่ค่อยเป็น และไม่ค่อยรู้กาลเทศะ แสดงออกไม่เหมาะสมบ่อยๆ ร่วมกับมีพฤติกรรมความสนใจซ้ำๆ จำกัดเฉพาะเรื่อง เช่น ถ้าเขามีความสนใจอะไรก็จะสนใจมากๆ ถึงขั้นที่เรียกว่าหมกมุ่นก็ได้ และเรื่องที่เขาสนใจก็อาจจะเป็นเรื่องที่คนอื่นไม่สนใจ เช่น เด็กบางคนจะชอบดูโลโก้สินค้า เห็นที่ไหนก็จะดู จะถาม และจำได้แม่นยำ บางคนชอบดูยี่ห้อของพัดลมว่ายี่ห้ออะไร เวลาไปเห็นพัดลมที่ไหนก็จะมุ่งตรงไปดูยี่ห้อก่อน เป็นต้น



ปกติเวลาที่พบเจอกันก็จะมีการทักทายกัน มีการพูดคุยเล็กๆ น้อยๆ ก่อนจะเข้าเรื่อง แต่สำหรับคนที่เป็นแอสเพอร์เกอร์พอเจอปุ๊บอยากรู้อะไร อยากรู้อะไร ก็จะพูดโพล่งออกมา ไม่มีการทักทาย ไม่มีการเกริ่นนำ จะถามเรื่องที่สนใจโดยไม่เสียเวลา

การพูดจาหรือการทำอะไรบางอย่างที่ไม่เหมาะสม เช่น เวลาเขาเห็นอะไรหรือรู้สึกอะไร อยากรู้อะไร เขาก็จะบอกตรงๆ ซึ่งบางสถานการณ์อาจจะไม่เหมาะสม อาจจะทำให้คนอื่นเกิดความไม่พอใจ เช่น มีเด็กคนหนึ่งอยู่โรงเรียน เขาเห็นแม่คนหนึ่งกำลังดูลูก เขาก็จะเข้าไปบอกทันทีว่า “ไม่ควรดูลูกนะครับ คุณแม่ควรพูดจาเพราะๆ กับลูก” ก็อาจจะทำให้คนอื่นรู้สึกไม่พอใจได้ หรือกินข้าวร้านนี้แล้วมันไม่อร่อย เวลาเดินผ่านที่ไรก็จะพูดดังๆ ขึ้นมาตรงนั้นเลยว่า “ข้าวร้านนี้ไม่อร่อย” ซึ่งถามว่าสิ่งที่เขาทำถูกต้องหรือเปล่า ก็ถูกในแง่มุมมองของความรู้สึกของเขา แต่ไม่เหมาะสมในแง่มุมมองความรู้สึกของคนอื่น สิ่งเหล่านี้คือสิ่งที่ทำให้เกิดปัญหาตามมา

ปัญหาที่เกิดขึ้นกับเด็กที่เป็นแอสเพอร์เกอร์ คือคนรอบข้างไม่เข้าใจ ตรงนี้ถือว่าเป็นปัญหาใหญ่ของคุณพ่อคุณแม่ด้วย เพราะมักจะถูกตำหนิ คนอื่นจะมองว่าพ่อแม่ไม่สั่งสอน ไม่บอก ทำให้เด็กไม่รู้กาลเทศะ ทั้งที่พ่อแม่ส่วนใหญ่ก็พยายามสอนเต็มที่แล้ว แต่ปัญหาอยู่ที่ตัวเด็กด้วยว่าเขาไม่เข้าใจ

แอสเพอร์เกอร์กับออทิสติกแตกต่างกันอย่างไร

แอสเพอร์เกอร์กับออทิสติกนั้นอาจจะมีลักษณะคล้ายกันมาก แต่จุดที่แตกต่างกันคือเรื่องของภาษา ถ้าเป็นออทิสติกจะมีปัญหาด้านภาษาที่ชัดเจนกว่า คือ พูดซ้ำ พูดไม่ชัด พูดเป็นภาษาของตัวเองมากๆ แต่แอสเพอร์เกอร์พัฒนาการด้านภาษาจะปกติ พูดคุยสื่อสารได้รู้เรื่อง เพียงแต่ลูกเล่นของภาษาที่มีปัญหา จะไม่เข้าใจความหมายเล็กๆ ที่แฝงอยู่ ไม่เข้าใจนัยของภาษา เช่น ไม่เข้าใจมุกตลก คำเปรียบเทียบกับ ประชดประชันต่างๆ เขาจะเข้าใจในลักษณะตรงไปตรงมาตามตัวอักษร ไม่มีสีนัยของภาษา ไม่มีลูกเล่นของคำ เป็นต้น

แต่ก็จะมีบางอย่างที่คล้ายๆ กับออทิสติก เช่น เรื่องการไม่ค่อยสบตา ชอบแยกตัวอยู่คนเดียว เข้ากับเพื่อนไม่ค่อยได้ เวลาพูดก็จะพูดเฉพาะเรื่องของตัวเองสนใจ โดยไม่ได้สังเกตดูว่าคนที่เขาฟังอยู่นั้นจะสนใจหรือเปล่า คือเขาจะมีลักษณะที่ไม่ระวังในเรื่องของทักษะทางสังคม ซึ่งจริงๆ แล้วเป็นเพราะว่าเขาไม่เข้าใจ แต่ในด้านของสติปัญญาเด็กที่เป็นแอสเพอร์เกอร์จะมีระดับสติปัญญาในระดับปกติหรือสูงกว่าปกติซะด้วย



จะรู้อย่างไรว่าลูกเราเป็นแอสเพอร์เกอร์

แอสเพอร์เกอร์เป็นปัญหาที่เด็กมีมาตั้งแต่เกิด แต่ช่วงเล็กๆ จะดูยากมาก เพราะลักษณะภายนอกเด็กจะดูเหมือนปกติ หน้าตาน่ารัก ไม่มีอะไรที่บ่งชี้เลยว่าจะมีปัญหา ข้อที่ชวนสงสัย คือ สังเกตว่าเด็กไม่ค่อยตอบสนอง เวลาอุ้มจะไม่ยอมให้อุ้ม เวลาเล่นด้วยไม่ค่อยเล่นด้วย ไม่ค่อยโต้ตอบ ไม่สบตา ไม่ยิ้มตอบ หรือทำที่ดูใจเวลามีคนเล่นด้วย มีพฤติกรรมบางอย่างที่แตกต่างจากเด็กคนอื่น

สำหรับพ่อแม่สิ่งที่ยากก็คือ ถ้าพ่อแม่ที่ไม่เคยมีลูกมาก่อนจะไม่รู้ถึงความแตกต่าง แต่ถ้าพ่อแม่ที่เคยมีลูกมาแล้ว 1-2 คน อาจเห็นความแตกต่างบางอย่าง แต่ก็ยังเป็นเพียงการสงสัยยังไม่ชัดเจน จะชัดเจนก็ต่อเมื่อ 1-2 ขวบขึ้นไป ถ้าไม่คุ้นเคยจะแยกความแตกต่างค่อนข้างยาก คือต้องอาศัยประสบการณ์ด้วย เพราะมันมีจุดที่หลวมที่แตกต่างกัน ไม่มีเส้นแบ่งที่ชัดเจนระหว่างแอสเพอร์เกอร์กับคนปกติที่มีปัญหาเรื่องบุคลิกบางอย่างที่ไม่เหมาะสม หรือว่าในบางรายที่เป็นแอสเพอร์เกอร์ก็บอทีสติที่มีความสามารถสูงๆ ก็ยังแยกกันยาก

ดังนั้นการพามาพบหมอจึงค่อนข้างช้า ซึ่งมักจะพามาพบก็ต่อเมื่อเกิดปัญหาไปแล้ว เช่น เด็กเข้ากับเพื่อนไม่ได้ อยู่ในระเบียบไม่ได้ ไม่ทำตามคำสั่ง นิ่งนิ่งไม่ได้ เล่นรุนแรง เป็นต้น เด็กที่มาตรวจส่วนใหญ่ก็จะเป็นช่วงวัยที่โตขึ้นมา เพราะพ่อแม่จะเริ่มเห็นความแตกต่างจากเด็กคนอื่นชัดเจนขึ้นเมื่อลูกไปโรงเรียน อยู่บ้านจะไม่มีอะไรเปรียบเทียบเลย

แค่เริ่มสงสัยก็สามารถพามาตรวจประเมินได้ เพราะรู้เร็ว แก้ไขเร็ว ย่อมได้ผลดีกว่า ในการประเมิน หมอจะพิจารณาประวัติทุกด้านตั้งแต่เล็กๆ เลย และสังเกตพฤติกรรมบางอย่างประกอบกัน ดูว่าเข้าเกณฑ์ของแอสเพอร์เกอร์หรือเปล่า ถ้าใช่ก็ต้องช่วยเหลือให้เร็วที่สุดเช่นกัน อย่างลัวที่รู้ว่าลูกเป็นอะไร แต่การที่ลูกเสียโอกาสที่จะได้รับการช่วยเหลืออย่างเหมาะสมเป็นสิ่งที่น่ากลัวกว่า

โดยในเบื้องต้นจิตแพทย์เด็กจะประเมินดูก่อนว่าเด็กควรจะต้องตรวจเพิ่มเติมอะไร และไปฝึกกับใครบ้าง เช่น ไปพบนักกิจกรรมบำบัดเพื่อฝึกสมาธิ ทักษะสังคม ฝึกพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อและการเคลื่อนไหว (เด็กบางคนเวลาเคลื่อนไหวจะดูกังกัง หรือว่าการหยิบจับจะไม่ค่อยคล่อง ไม่ค่อยถนัด แต่ไม่ถึงกับว่าเดินไม่ได้ หยิบจับไม่ได้ มักเป็นเรื่องของการประสานกันของกล้ามเนื้อมากกว่า) หรือไปพบนักจิตวิทยาเพื่อปรับพฤติกรรม กระตุ้นพัฒนาการ หรือทำทั้งสองอย่าง ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้นกับเด็กเป็นสำคัญ

ในการดูแลเด็กที่เป็นแอสเพอร์เกอร์นั้น เด็กแต่ละคนจะได้รับการดูแลไม่เหมือนกัน เพราะเด็กจะมีปัญหาเฉพาะที่แตกต่างกัน เพราะฉะนั้นการวางแผนการดูแลจะเริ่มต้นที่ว่าเด็กมีปัญหาอะไร ก็ต้องแก้ตรงนั้น เด็กยังขาดอะไรก็ต้องเสริมตรงนั้น



เด็กบางคนอาจจะมีปัญหาสมาธิสั้นร่วมด้วย ซึ่งสมาธิสั้นจะพบร่วมได้ในหลายๆ โรค ถ้าเป็นสมาธิสั้นอย่างเดียวไม่มีโรคอื่นเราจะเรียกว่าเป็นโรคสมาธิสั้น แต่ถ้าสมาธิสั้นร่วมกับออทิสติกหรือแอสเพอร์เกอร์ ก็จะเรียกตามโรคหลักของเด็ก เด็กที่เป็นแอสเพอร์เกอร์เกือบครึ่งจะมีปัญหาสมาธิสั้น

แล้ววิธีแก้ไขจะทำได้อย่างไร

ทุกคนในครอบครัวถือว่ามีบทบาทสำคัญที่จะต้องมาช่วยกันดูแล ต้องมานั่งคุยกันว่าใครจะช่วยเหลือเด็กเรื่องอะไรบ้าง จะต้องทำความเข้าใจกับปัญหาแล้วก็ต้องศึกษาวิธีที่จะแก้ปัญหา เรียนรู้ทักษะต่างๆ ในการแก้ปัญหาจากผู้เชี่ยวชาญในแต่ละด้าน ในขณะเดียวกันก็ต้องถ่ายทอดความรู้ตรงนี้ไปสู่คนอื่นๆ ในครอบครัว

วิธีแก้ไขต้องอาศัยความช่วยเหลือจากหลายๆ ฝ่ายครับ ทั้งทางครอบครัว ทางการศึกษา และสังคมรอบข้าง ชั้นแรกเราจะต้องเข้าใจสภาพปัญหาของเด็กก่อน ไม่ใช่เพราะเด็กไม่สนใจหรือไม่สนใจ แต่เป็นเพราะเด็กไม่เข้าใจ

คือต้องเรียนรู้ธรรมชาติของโรคว่าคืออะไร ปัญหาอะไรบ้าง พอเข้าใจธรรมชาติของโรคแล้ว ก็สอนให้เขาเรียนรู้ด้วยวิธีการที่เข้มข้นขึ้น และอะไรที่ขัดขวางการเรียนรู้ก็ต้องพยายามแก้ไข เช่น ในกรณี que เด็กสนใจอะไรบางอย่างที่เรียกว่าหมกมุ่นมากเกินไปไม่สนใจอย่างอื่นเลย ก็ต้องพยายามดึงออกมา บางอย่างที่มีประโยชน์ก็ต้องเสริม ยกตัวอย่างเช่น เด็กบางคนจะชอบสะสมขวดแชมพู ขวดยา ซึ่งเป็นการสะสมที่ไม่เกิดประโยชน์ หรือชอบดูฟุตบอลมุนๆ ชอบดูโลโก้สินค้า ก็ต้องดึงเด็กออกมาแล้วหากิจกรรมอย่างอื่นเสริม แต่ถ้าเป็นเรื่องที่เกิดประโยชน์ เช่น ชอบไดโนเสาร์ พ่อแม่สามารถสอนเรื่องอื่นสอดแทรกไปได้ เช่น เรื่อง ชีววิทยา ธรรมชาติ ประวัติศาสตร์ เป็นต้น กล่าวคือเน้นการใช้เรื่องที่เขาสนใจเป็นฐานแล้วก็ขยายความสนใจออกไป เพื่อให้เด็กสามารถเรียนรู้ในเรื่องอื่นๆ เพิ่มเติมได้

ทักษะสังคมเป็นเรื่องที่ต้องคอยสอนคอยชี้แนะอยู่ตลอด และต้องสอนกันเกือบทุกเรื่อง เช่น เวลาเจอเพื่อนจะทักทายอย่างไร อยากเข้าไปเล่นกับเพื่อนต้องทำอย่างไร อย่าไปคาดหวังว่าเดี๋ยวก็รู้เอง แต่ถ้าสอนแล้วเด็กจะทำได้ในที่สุด

รู้แล้วต้องตั้งรับอย่างไร

คงต้องทำความเข้าใจกับปัญหาก่อน คือทำความเข้าใจว่าปัญหาเกิดจากอะไร แล้วก็ยอมรับว่ามันเป็นปัญหาที่แก้ไขได้ ให้เชื่อว่าสิ่งที่ลูกเป็นสามารถแก้ไขให้ดีขึ้นได้ มีงานวิจัยหลายชิ้นที่ยืนยันชัดเจนว่า เด็กที่เข้ากระบวนการดูแลช่วยเหลืออย่างเหมาะสม กับเด็กที่ไม่ได้เข้าสู่กระบวนการ มีความแตกต่าง



กันอย่างชัดเจน ทั้งแง่ของการพัฒนาทางด้านสังคม หรือการเรียนรู้ เพราะเด็กที่ได้รับการช่วยเหลือเขาสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเอง เรียนถึงระดับมหาวิทยาลัยหรือสูงกว่า ดังนั้นต้องเชื่อมั่นด้วยว่าเป็นปัญหาที่จัดการได้ และถ้าพ่อแม่ไม่ทำอะไรปล่อยทิ้งไว้เฉยๆ ก็ยิ่งสะสมปัญหา

ในการสอนบางอย่างต้องใช้เทคนิคเข้าช่วย ซึ่งจะมีเทคนิคเฉพาะในการสอน พ่อแม่ก็ต้องเรียนรู้เทคนิคนั้น ส่วนจะเป็นเทคนิคอะไรก็ต้องดูเด็กเป็นหลัก ดูว่าในสถานการณ์แต่ละแบบจะต้องใช้เทคนิคไหน ซึ่งพ่อแม่ต้องมีเทคนิคหลากหลายเหมือนกัน การบอกการสอนแบบทั่วไปอาจไม่ได้ผล เพราะเด็กเขาไม่สามารถเรียนรู้โดยวิธีนั้นๆ ได้ คือวิธีการก็ต้องเข้มข้นมากกว่าปกติ

เมื่อเด็กต้องไปโรงเรียน ควรจะมีหลักในการดูแลอย่างไร

เด็กที่เป็นแอสเพอร์เกอร์ส่วนใหญ่จะสมองดี ถ้าเขาไม่มีปัญหาอะไรที่ขัดขวางการเรียนรู้ตั้งแต่แรก เช่น ไม่มีปัญหาเรื่องสมาธิสั้น หรือไม่มีเรื่องของพฤติกรรมรุนแรง หลายคนเรียนหนังสือได้ครบ และเรียนได้ดีอีกด้วย เด็กที่หมอดูแลอยู่สอบได้ที่ 1 ทุกปีก็มี

ถึงการเรียนจะไม่มีปัญหาแต่ก็มักจะมีปัญหาเรื่องการเข้ากับเพื่อน จะเล่นกับเพื่อนไม่เป็น เล่นแรงบ้าง เล่นไม่เหมาะสมบ้าง ไม่เล่นตามกติกา จึงมักจะถูกปฏิเสธจากเพื่อน ปัญหาที่ตามมาคือ พอจะเล่นกับเพื่อนแล้วถูกปฏิเสธเขาก็ไม่รู้ว่าจะทำอย่างไร เขาก็จะหาวิธีการเล่นที่แหวกแนวยิ่งขึ้น ถ้าเป็นการเล่นที่ไม่รบกวนคนอื่นก็ไม่ค่อยมีปัญหา แต่ถ้ารบกวนคนอื่นหรือทำให้คนอื่นเดือดร้อนก็อาจจะกลายเป็นปัญหารุนแรงได้

โรคนี้หายขาดไหม

สามารถพัฒนาให้ดีขึ้นได้มากครับถึงแม้ว่าจะไม่หายขาด ถ้าเด็กได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างเต็มที่ โดยเฉพาะในเรื่องทักษะการดูแลตัวเองในชีวิตประจำวัน และฝึกฝนในทักษะทางสังคมอย่างต่อเนื่องก็จะพัฒนาไปได้ดี ปัญหาที่ยังคงเหลืออยู่จะถูกมองเป็นเรื่องของบุคลิกภาพมากกว่า แต่ถ้าได้รับคำแนะนำและช่วยเหลือเขาจะดีขึ้นตามความสามารถที่ควรจะเป็น

ปัญหาบางอย่างที่ยังคงหลงเหลืออยู่ เช่น เรื่องของทักษะสังคม การพูดจาไม่เหมาะสม การเข้ากับเพื่อน ขึ้นอยู่กับสถานที่ที่เขาอยู่มากกว่า คือเมื่อเขาโตขึ้นแล้วได้ทำงานที่เหมาะสมกับตัวเขา หรือในบางที่ที่ยอมรับ ก็จะไม่มีปัญหา ก็คือเขาสามารถใช้ความสามารถของเขาได้เต็มที่ ซึ่งเด็กที่เป็นแอสเพอร์เกอร์ส่วนใหญ่จะมีความสามารถสูง โดยเฉพาะในเรื่องที่เขาสนใจ เขาจะจริงจัง และรู้ลึกมากกว่าคนอื่นครับ



อยากฝากคุณพ่อคุณแม่ในเรื่องของการค้นหาหาข้อมูลเกี่ยวกับโรคว่า สิ่งที่สำคัญคือจะกรองข้อมูลอย่างไร และนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมได้อย่างไร เพราะขณะนี้ก็มีข้อมูลที่สามารถค้นได้ง่ายจากอินเทอร์เน็ตและสื่อต่างๆ ข้อมูลที่เราได้รับอาจจะเหมาะกับเด็กคนหนึ่ง แต่ไม่เหมาะกับเด็กอีกคน หรือข้อมูลบางอย่างที่เคยเชื่อว่าเป็นแบบนี้ แต่ปัจจุบันเปลี่ยนไปแล้ว เพราะมีงานวิจัยที่ยืนยันชัดเจนแล้วว่าไม่ใช่ และวิธีการรักษาที่เคยเชื่อว่าได้ผลดี อาจจะไม่ใช่แล้วในปัจจุบัน วิธีการที่ดีที่สุดคือต้องศึกษาข้อมูลจากหลายๆ แหล่ง พุดคุยแลกเปลี่ยนกับกลุ่มพ่อแม่ด้วยกัน หรือปรึกษากับแพทย์ที่ดูแลอยู่ เพื่อจะได้แลกเปลี่ยนความรู้และสามารถนำไปใช้ได้อย่างถูกวิธีครับ

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. เมื่อลูกเป็นแอสเพอร์เกอร์ซินโดรม. [Online] 2549; Available from: URL:
<http://www.happyhomeclinic.com/au28-aspergersyndrome.htm>