

စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကိုစိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာအာရုံစိုက်သော စိတ်သဘောထား (AUTISM SPECTRUM DISORDER) - မိဘများအတွက် အချက်အလက် သတင်းလွှာ

စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကိုစိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာအာရုံစိုက်သော စိတ်သဘောထား (ASD) ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကိုစိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာအာရုံစိုက်သော စိတ်သဘောထားဆိုသည်မှာ ဖွံ့ဖြိုးမှုနှင့်ဆိုင်သော၊ သို့မဟုတ် သင်ယူခြင်း နှင့် တွေးခေါ်ခြင်း များ ပုံမှန်မဟုတ်ဖြစ်သည်ကို ဆိုလိုပါသည်။ လူမှုရေးဆိုင်ရာ- စိတ်ခံစားမှု၊ လူမှုပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး နှင့် အပြုအမူ လုပ်ဆောင်ပုံများအပေါ် ထိခိုက်အကျိုးသက်ရောက် စေသည့် ဦးနှောက် အလုပ်လုပ်ပုံနှင့် ဆက်စပ်နေသည့် ပြဿနာတစ်ခုခုကြောင့် ယင်းသို့ဖြစ်ပေါ်စေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ယင်း ဦးနှောက် အလုပ်လုပ်ပုံ ကွဲပြားခြားနားမှုများက ထပ်ခါထပ်ခါလုပ်သည့် အပြုအမူများ နှင့် လူမှုပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး အခက်အခဲများ ကဲ့သို့သော ပြဿနာများ ကို ပေါ်ပေါက်စေနိုင်ပါသည်။ ASD ရှိသည့် ကလေးမှာ လူမှုရေးဆိုင်ရာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး နှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တုန့်ပြန် ဆောင်ရွက်မှုတို့၌ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်း၊ ၎င်းကိုဖွံ့ဖြိုးမှုဆိုင်ရာ နောက်ကျနေခြင်းများ ဖြင့် ရှင်းပြလိုမရနိုင်ပါ။ ယင်းကလေး၌ စိတ်ထဲ၌ လန်းနေမှု နှင့် ထပ်ခါထပ်ခါ ပုံစံတူလုပ်ဆောင်သည့် အပြုအမူ၊ စိတ်ဝင်စားမှု နှင့် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်မှုများ ရှိနေတတ်သည့်အပြင် ပုံမှန် မဟုတ်သော အာရုံစိုက်မှုဖြင့် တုန့်ပြန်ဆောင်ရွက်မှု တို့လည်း ရှိနေတတ်ပါသည်။

စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကိုစိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာအာရုံစိုက်သော ရောဂါကို မည်သို့ ရှာဖွေ ဖော် ထုတ်မည်နည်း။ ASD ရောဂါ ရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်း အတွေ့အကြုံရင့် ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များမှ ကလေးများ၏ လူမှုရေး၊ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး နှင့် ကစားပုံ ကစားနည်းများ၊ ၎င်းတို့၏ ဘာသာစကား အရည်အချင်းများ နှင့်ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့ မိဘများကို လူတွေ့မေးမြန်း စုံ စမ်းပြီး အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါလက္ခဏာများအတွက် ၎င်းကလေးများအား စူးစမ်းလေ့လာကြပါသည်။ ယင်းပညာရှင်များကကလေး ၏ ရောဂါလက္ခဏာများကို အမေရိကန် စိတ်ရောဂါနှင့် သက်ဆိုင်သော အဖွဲ့အစည်းမှ ဆောင်ရွက်ပြီးစီးထားသည့် စာရင်းဇယားနှင့် နှိုင်း ယှဉ် လေ့လာကြပါသည်။ ကလေး၏ အပြုအမူမှာ ယင်းကလေး၏ ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အသက်အရွယ်အလိုက် ပုံမှန် ဟုတ်မဟုတ်ကို စဉ်း စားသုံးသပ်သည်။ သို့မဟုတ် ရောဂါလက္ခဏာအရ အခြားသော ဖွံ့ဖြိုးမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အခြေအနေအဖြစ် ညွှန်ပြနေမှု ရှိမရှိကို လေ့လာ သုံးသပ်သည်။ ရောဂါလက္ခဏာများမှာ ကလေးဘဝကတည်းမှ စတင်ပြသနေရမည်ဖြစ်ပြီး နေ့စဉ်နှင့်အမျှကလေး၏လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ပုံတို့ကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်ပေါ်နေစေရမည်။ အကယ်၍ ကလေး၌ လုံလောက်သော ရောဂါလက္ခဏာများ ရှိနေပါက၊ ယင်းကလေး ၌ အထီးကျန် စိတ်ဝေဒနာ စိတ်ဖောက်ပြန်မှု ရောဂါလက္ခဏာ ရှိကြောင်း ပေါ်လွင်ထင်ရှားနေပြီဖြစ်ပါသည်။ “နယ်ပယ်” ဟု သည့် စကားလုံး ၏ ဆိုလိုရင်းမှာ ASD ရောဂါလက္ခဏာများမှာ သိမ်မွေ့မှုအခြေအနေမှ ပြင်းထန်သည့်အခြေအနေသို့ အမျိုးမျိုး ပြောင်းလဲ နိုင်ကြောင်း ဆိုလိုရင်းဖြစ်ပါသည်။

မည်သည့်အရာများက စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကိုစိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာအာရုံစိုက်သော စိတ် သဘောထား နယ်ပယ်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသနည်း။ ကျွန်ုပ်တို့ သိထားသည်မှာ - စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကို စိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာ အာရုံစိုက်သော စိတ်ဝေဒနာမှာ မိဘများကြောင့် ပေါ်ပေါက်ခြင်းမဟုတ်ပါ။ ASD မှာ ဦးနှောက်နှင့် အာရုံ ကြောဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု မမှန်ခြင်း၊ ဦးနှောက်၏ ကနဦး ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံထဲ၌ တစ်စုံတစ်ခု ပေါ်ပေါက်နေခြင်းမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သိထားသည့် အခြားအချက်မှာကြိုတင်စောစီးစွာ ရောဂါရှာဖွေဖော်ထုတ်ခြင်းနှင့် အစောပိုင်းရောဂါကုသခြင်းတို့မှာလည်းအလွန် အရေးကြီးလှပါသည်။ ASD မှာ အကြောင်းအရာ တစ်ခုထက်မက ပုံစံအများအပြားဖြင့် ရောဂါဝင်ရောက်လာခြင်းမျိုးဖြစ်ပါသည်။ အမေရိ ကန်ပြည်ထောင်စု၌ ကလေး 1% သို့မဟုတ် ကလေး 88 ယောက်လျှင် 1 ဦး၌ ASD ရောဂါရှိနေပါသည်။ သုတေသနဖော်ပြချက်အရ ဦးနှောက်ထဲ၌ ဦးနှောက် အစိတ်အပိုင်း အပိုအလို စသည် ဖြစ်ပေါ်စေသည့် မျိုးရိုးဗီဇ အမြောက်အများရှိသည်။ သို့သော် ASD အား ဖြစ်ပေါ်စေသည့် မျိုးရိုးဗီဇ အကြောင်းကို ယခုတိုင် နားမလည်နိုင်ကြသေးပါ။ သုတေသနပညာရှင်များအနေဖြင့်လည်း အခြားဖြစ်နိုင်ခြေ အကြောင်းရင်းများဖြစ်သည့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာအခြေအနေနှင့် အခြားသောအကြောင်းရင်းများကို ဆက်လက်စူးစမ်းလေ့လာနေဆဲဖြစ်ပါသည်။ သင့် ကလေး၏ ASD ရောဂါလက္ခဏာ၌ သိသာထင်ရှားသည့် မျိုးရိုးဗီဇ ပြဿနာအကြောင်းရင်း ရှိမရှိ ဆုံးဖြတ်ချက်ချနိုင်ရန် မျိုးရိုးဗီဇ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်နှင့် သွားရောက်ပြသခြင်းမှာ အထောက်အကူပြုနိုင်ပါလိမ့်မည်။

ယင်းရောဂါအခြေအနေ ပြန်လည်ကောင်းမွန်လာနိုင်ပါမည်လား။ ASD ရောဂါရှိသည့် ကလေးအားလုံးအနေဖြင့် အပြင်းအထန် သင်ယူ ခြင်း၊ အစောပိုင်း ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် စတင်လုပ်ဆောင်ပါက ၎င်းတို့၏ လူမှုဆက်ဆံရေး၊ ဘာသာစကား နှင့် အပြုအမူများကို တိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ကြပါသည်။ ASD ရှိသော ကလေးအများစု၊ ၎င်းတို့၏ ရောဂါလက္ခဏာ ကြီးကြီးမားမား ဖြစ်ပေါ် တိုးတက် လာသော်ငြားလည်း အပြုအမူ နှင့် လူမှုပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတို့၌ တစ်သက်လုံး ရှည်ကြာသည့် ကွဲပြားခြားနားမှုလည်း ရှိနေပါလိမ့် မည်။ ကလေးတစ်ဦးချင်းစီမှာ တစ်မူထူးခြားချက်တစ်ခုစီ ရှိတတ်ကြပြီး ASD ရှိနေသည့် ကလေးအားလုံးမှာလည်း ၎င်းတို့၏ လိုအပ်ချက် နှင့် ရောဂါလက္ခဏာများလည်း ကွဲပြားခြားနားမှု ရှိကြောင်း သတိရပါ။

ASD အတွက် ရောဂါကုသမှုနည်းလမ်းများမှာ အဘယ်နည်း။ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုပိုင်းဆိုင်ရာ နှင့် အပြုအမူပိုင်းဆိုင်ရာ ကြားဝင် ဆောင်ရွက် ပေးမှုတို့မှာ ရောဂါကုသမှု၏ အဓိကအစိတ်အပိုင်းဖြစ်ပါသည်။ လူမှုပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး နှင့် လူမှုရေးဆိုင်ရာ တုန့်ပြန်ဆောင်ရွက်မှုတို့၌ ဆိုးဆိုးရွားရွား နှေးကွေးနှောင့်နှေး

နေသည့် ကလေးများအတွက် ရောဂါကုသမှု အာရုံစိုက်ရန် အဓိကမှာ သာမန်အပြုအမူများ တိုးတက်လာခြင်း ဥပမာ အရာဝတ္ထု တစ်ခုခုသို့ ညွှန်ပြခြင်း သို့မဟုတ် ယင်းအရာဝတ္ထုကို ကြည့်ခြင်းနှင့် စကားပြောဆိုရန် အသံပြုခြင်း စသည့် အပြုအမူမျိုးဖြစ်သည်။ မကြာခင် ရောဂါကုထုံးတစ်ခုက ကလေးအ တွက် အကျိုးကျေးဇူး အနည်းအကျဉ်းကို ပေးစွမ်းနိုင်သည်။ မိဘ များကိုယ်တိုင် ၎င်းတို့ကလေးများအတွက် ယင်းကုသမှုနည်းလမ်း နည်းစနစ်ကို သင်ယူ ပြီး ပုံစံတူ လိုက်လုပ်သည့်အခါ၌ ယင်းရောဂါ ကုသမှုမှာ အကျိုးသက်ရောက်မှု အရှိဆုံးဖြစ်ပါသည်။ သိမ်မွေ့ပြီး ရောဂါလက္ခဏာ နည်းသော ကလေးများ အတွက်၊ ကလေးအား ဘာသာစကား နှင့် လူမှုဆက်ဆံရေးကို သင်ကြားပေးရန် အထောက်အကူပြုသည့် အခြား ကြားဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်သောနည်းလမ်း များ လည်းရှိပါသည်။ ရောဂါကုသမှု သို့မဟုတ် ပညာရေးဆိုင်ရာ အစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းမှာ ASD ရောဂါပိုင်း ကျွမ်းကျင်သူ တစ် ဦးချင်း သို့မ ဟုတ် အဖွဲ့လိုက် ကုသလုပ်ဆောင်သောအခါ၌ အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။

မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ကလေးအား ကူညီပေးနိုင်ရန် ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် ဘာလုပ်ပေးနိုင်သနည်း။ မိဘတစ်ဦးအနေဖြင့် သင် ယခင်က ကောင်းမွန် သည့် အရာအားလုံးကို ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်အတိုင်းဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပေးပါ။ ကြားဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်မည့် နည်းလမ်း ကောင်း အချို့ကို သင်ယူတတ် မြောက်ရန် မေးမြန်းစုံစမ်းပါ သို့မှသာ သင့် ကလေးနှင့်အတူ ထိုနည်းလမ်းများအတိုင်း သင်လိုက်နာ ဆောင်ရွက်နိုင်လိမ့်မည်ဖြစ်ပါသည်။ သင့် ကလေး၏ ရောဂါချို့ယွင်းမှုတွေရှိချက် နှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်တတ်နိုင်သလောက် သင်ယူလေ့ လာပါ ထိုသို့ဆောင်ရွက်မှသာလျှင် သင့် ကလေး အဖွဲ့ထဲ၌ ဗဟုသုတ ရှိသော အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။ ခေတ္တအနားယူသည့် ပံ့ပိုးဝန်ဆောင်မှုကို တောင်းခံခြင်းဖြင့် သင် ခေတ္တခဏနားပြီး သင့်ကလေးအတွက် ခွန်အားပြည့်ဝသည့် မိဘ တစ်ဦးဖြစ်လာနိုင်သလို အထူးကျွမ်းကျင် ဆရာတစ်ဦးအနေဖြင့်လည်း ရပ်တည်လာနိုင်ပါမည်။ လုပ်ဆောင်နည်း နည်းဗျူဟာ များနှင့် အချက်အလက်များ မျှဝေ နိုင်ရန် အခြားသော မိသားစုများထံသို့ သွားရောက် လည်ပတ်လေ့လာပါ။

ရောဂါကုသရာ၌ အထောက်အကူပြုနိုင်မည့် ဆေးဝါးကုသမှုရှိပါသလား။ ယင်းအချိန်၌ ASD ရောဂါအား ကုသပျောက်ကင်းစေနိုင်သော ဆေးဝါးကုသမှု တစ်ခုမျှမရှိပါ။ ကလေးတစ်ဦးမှာ ASD ရောဂါလက္ခဏာနှင့်အတူ ကြီးထွားလာပြီး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာသည်နှင့်အညီ ၎င်း တို့၌ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြမှု သို့မဟုတ် စိတ်အားငယ်စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းသည့် ရောဂါလက္ခဏာ သွင်ပြင်မျိုး ရှိနိုင်ပါလိမ့်မည်။ အချို့ ကလေး များမှာမူ မိမိကိုယ်မိမိ-ထိခိုက်စေသည့် အပြုအမူ ထပ်ခါထပ်ခါ လုပ်ဆောင်သည့် အပြုအမူ နှင့် စိတ်ဝင်စားမှုရှိခြင်း၊ သို့မဟုတ် အာရုံ အပြောင်းအလဲများခြင်း၊ စိတ်လိုက်မာန်ပါလွတ်ခနဲ လုပ်တတ်ခြင်း၊ အငြိမ်မနေ ဂနာမငြိမ်ဖြစ်ခြင်း (ADHD) စသည့် ရောဂါလက္ခဏာမျိုး ရှိနေတတ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ၌ ကလေးဆရာဝန် သို့မဟုတ် ကလေး စိတ်ရောဂါကုဆရာဝန်တို့မှ ယင်း ရောဂါလက္ခဏာများကို ဆေးဝါး အသုံးပြုလျက် ရောဂါလျော့နည်းသက်သာအောင် လုပ်ဆောင်ပေးနိုင်လေသည်။

ကျွန်ုပ်ကလေး၏ အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စီစဉ်လုပ်ဆောင်ပေးသူအနေဖြင့် မည်သို့ ကူညီပေးနိုင်ပါသနည်း။ သင့် ကလေး ဆရာဝန် သို့မဟုတ် အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု စီစဉ်လုပ်ဆောင်ပေးသူ (သင့် "အိမ်တွင်းဆေးဝါးကုသမှု") မှ သင့်အား အောက် ပါအတိုင်း ကူညီပေးနိုင်ပါသည် -

- ASD ရောဂါခံစားနေရသည့် ကလေးများ၌ မကြာခင်ဖြစ်ပေါ်တတ်သည့် ဆေးဝါးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များအတွက် ကြီးကြပ်လုပ် ဆောင်ပေးရန်
- သင့် ကလေးအတွက် ဆေးဝါးကုသမှုစောင့်ရှောက်ခြင်း နှင့် ဆေးရုံဆေးခန်း ရက်ချိန်းများ၌ ပူးပေါင်းကူညီလုပ်ဆောင်ပေးရန်
- ဆေးဝါးကုသမှုရွေးချယ်မှုများနှင့်ပတ်သက်ပြီး မှန်ကန်သည့် ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်ပေးနိုင်ရန်နှင့် အကယ်၍ သိသာထင်ရှားသည့် အပြုအမူ စိန်ခေါ်ချက်များ၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှု၊ သို့မဟုတ် စိတ်နေစိတ်ထား ပူပန်ကြောင့်ကြမှုများ ဖြစ်ပေါ်နေမည် ဆိုပါက လွှဲပြောင်း မှုများအတွက် ကူညီ လုပ်ဆောင်ပေးရန်
- Vermont (ဗားမောင့်) အာမခံအောက်၌ ယခု အကျိုးဝင်မှုရှိသည့် ရောဂါကုသမှုများအတွက် ညွှန်ကြားပေးနိုင်ရန်
- သင့် ကလေး၏ အသင်းအဖွဲ့ အစည်းအဝေးများ၌ ပူးပေါင်းပါဝင်ပေးရန်
- သင့်ကလေးအတွက် စောင့်ရှောက်မှုပေးရာ၌ မိသားစုတစ်ခုကဲ့သို့ သင့်လိုအပ်ချက်များအတွက် ထောက်ခံအားပေးနိုင်ရန်

ကျွန်ုပ်တို့ကလေးမှာ ကလေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဆေးခန်းထဲ၌ နောက်တစ်ဖန် လာရောက်ပြသသင့်ပါသလား။ နောက်ဆုံးအခြေအနေ သို့မဟုတ် ပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်းအတွက် သင့်ကလေး၏ CDC ဆေးရုံရက်ချိန်းသို့ ပြန်လာရန် တိကျသော အစီအစဉ်တစ်ခုကို ကျွန်ုပ် တို့ဖက်မှ သင် နှင့်အတူ စီစဉ်ပေးပါ လိမ့်မည်။ သင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှု သို့မဟုတ် မေးခွန်းများအတွက် ကျွန်ုပ်တို့ဖက်မှ အချိန်မရွေး ကူညီ လုပ်ဆောင်ပေးရန် အဆင်သင့်ရှိနေပါသည်။ နောက် ဆက်တွဲ ဆေးခန်းပြသမှု လုပ်ဆောင်ရန်အတွက်လည်း သင့်ဖက်မှ လိုအပ်လျှင် တောင်းခံနိုင်ပါသည်။ ကလေးများအနေဖြင့် အခြေခိုင်သော ရောဂါ စစ်ဆေးမှုနှင့် ကောင်းမွန်သည့် ဆေးဝါးကုသမှု အစီအစဉ် တို့ကို လုပ်ဆောင်သည့်အခါ၌ CDC အဖွဲ့မှ နောက်ဆက်တွဲ ကုသမှုလုပ်ဆောင်ပေးရန် သိပ် များများစားစား မလိုအပ်နိုင်တော့ပါ။

အခြား မည်သူတို့က ကျွန်ုပ်အား ကူညီပေးနိုင်ပါသေးသနည်း။ သင့်ကလေး၏ အစောပိုင်း ကြားဝင်ဆောင်ရွက်ပေးမှု၊ အစောပိုင်း ပညာရေး အခြေအနေ သို့မဟုတ် သင့်ကလေး ကျောင်းရှိ အထူး-ပညာရေး အဖွဲ့၊ ထိုနည်းတူ သင့် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု ဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးဝန်ဆောင်ပေးမှု အေဂျင်စီမှ ပံ့ပိုးဝန်ဆောင်မှုစီစဉ်ပေးသူများ စသည်တို့မှာ သင့်အား ကူညီလုပ်ဆောင်ပေးနိုင်ပါသည်။ သင့် ကလေး၏ ကျန်းမာရေးအဖွဲ့နှင့် ပုံမှန် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးခြင်း က အလွန်အထောက်အကူပြုနိုင်ပါသည်။ ASD ဝေဒနာခံစားနေရသည့် ကလေးများ၏ အခြားသောမိဘများနှင့် မိဘအကြံပေးရှေ့နေအုပ်စုများ ဥပမာ ဗားမော့ မိသားစု ကွန်ယက်မှ လက်တွေ့ကျသော စိတ်ကူး အတွေးအခေါ်များတို့သည် မိသားစုများသို့ အထောက်အပံ့ အမြောက်အများကိုလည်း စီစဉ်

ပေးနိုင်ပါသည်။ VT ကလေးများ အတွက် ASD အာမခံ အကျုံးဝင်သည့် အစီအစဉ်သို့ မည်သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ကြောင်း နှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်း အချက်အလက် အပါဝင် အသေးစိတ်အချက်အလက် နှင့် အရင်းအမြစ်များ၊ နိုင်ငံတော်အဖွဲ့အစည်းသို့ ဆက်သွယ်နိုင်သည့် လင့်ခ်များကိုလည်း www.vermontfamilynetwork.org/i-need-help-with/developmental-disabilities/autism/ ဝက်ဘ်ဆိုဒ် စာမျက်နှာပေါ်တွင် တွေ့နိုင်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် အောက်ပါ စာအုပ်များနှင့် အထောက်အကူပြုနိုင်မည့် အချို့အင်တာနက် ဝက်ဘ်ဆိုဒ်များကိုလည်း အသုံးပြုရန် တိုက်တွန်းလိုပါသည်။

- The Autism Speaks 100 Day Kit သည် (ရက်ပေါင်း ၁၀၀ ကိရိယာအစုံအလင် စာအုပ်) မှာ အသစ်စက်စက် ရောဂါ တွေ့ရှိထားသည့် မိသားစုများအတွက် အထူးသီးသန့် ရေးသားထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်ကာ ASD ဝေဒနာ ခံစားနေရသူအား ဆေးစစ်ဆေးပြီး ရက်ပေါင်း ၁၀၀ အတွင်း အကောင်းဆုံး စောင့်ရှောက်မှုပေးရေး ကူညီပေးနိုင်ရန် အတွက်ဖြစ်သည်။ www.autismspeaks.org/docs/family_services_docs/100_day_kit.pdf
- National Professional Development Center (နိုင်ငံတော် ကျွမ်းကျင်သူပညာရှင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု စင်တာ) ဝက်ဘ်ဆိုဒ် ထဲ၌ ကလေးများအား ASD ရောဂါနှင့်ပတ်သက်ပြီး သင်ကြားရေးအတွက် 24 အထောက်အထား-အခြေခံလျက် သတင်း အချက်အလက်များ ပါဝင်ပါသည်။ - <http://autismpdc.fpg.unc.edu/content/briefs>
- Center for Disease Control and Prevention (ရောဂါထိန်းချုပ်ရေး နှင့် ASD ကာကွယ်ရေး စင်တာ) အချက်အလက် သတင်းလွှာ - http://www.cdc.gov/ncbddd/actearly/pdf/parents_pdfs/autismfactsheet.pdf
- *Sound Advice on Autism (စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း ဝေဒနာအပေါ် အကြံပြုညွှန်ကြားချက်အသံ)အကြံပေးစကား* ကလေး ဆရာဝန်များ၊ သုတေသနပညာရှင်များ နှင့် မိဘများ အတွက် ASD ရောဂါအခြေအနေ နှင့်ပတ်သက်၍ မိဘများမှ မေးမြန်း လာမှုများကို ဖြေဆိုနိုင်ရန် အထောက်အကူပေးသည့် အမေရိကန် ကလေးဆရာဝန် အကယ်ဒမီ (AAP) မှ လူတွေ့မေးမြန်းခြင်း စုဆောင်းမှု - <http://www.aap.org/audio/autism/>
- ဗားမောင့် လမ်းညွှန်ချက် နောက်အဆင့်များ (Vermont Next Steps Guide) ထဲ၌ ASD ဝေဒနာခံစားနေရသည့် ကလေးများ ရှိသော VT မိသားစုများအတွက် အထောက်အကူပြုသော အချက်အလက်များနှင့် နိုင်ငံတစ်ဝှမ်းလုံး အရင်းအမြစ်များ ပါဝင် ပါသည်။ - <http://www.ddas.vermont.gov/ddas-publications/publications-autism/publications-autism-documents/next-steps-autism>
- ASD ဝေဒနာခံစားနေရသော VT ကလေးများအတွက် ပစ္စည်းကိရိယာ၊ အထူးပြုလုပ်ထားသည့် ကစားစရာများ၊ သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်ပေးမှု များ နှင့်ပတ်သက်ပြီး အကူအညီရယူရန်အတွက် Autism Puzzle Foundation သို့ ဆက်သွယ် ဆောင်ရွက်ပါ။ - www.vtautopuzzle.org
- စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကိုစိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာအာရုံစိုက်သော စိတ်သဘောထား - မိဘတိုင်း သိရှိထားသင့်သောအရာမှာ အဘယ်နည်း။ (Autism Spectrum Disorders: What Every Parent Needs to Know) တည်းဖြတ်သူများ Alan Rosenblatt MD အလန် ရိုစန့်ဘလတ်၊ Paul Carbone MD, ပေါလ်ကာဘွန်း နှင့် Winnie Yu ဝင်းနီယူ၊ အမေရိကန် ကလေးဆရာဝန် အကယ်ဒမီ မှ 2013 တွင်ထုတ်ဝေသည်။
- စိတ်ကွန့်မြူးခြင်း သို့မဟုတ် အပြင်လောကဖြစ်ရပ်မှန်များကိုစိတ်မဝင်စားပဲ မိမိကိုယ်ကိုသာအာရုံစိုက်သော စိတ်သဘောထား နားလည် အောင်လုပ်ခြင်း - သင့် ကလေးအတွက် အကောင်းဆုံး ကုသမှုရွေးချယ်မှု နှင့်အတူ တောက်ပသော အနာဂတ်အား ဖန်တီးယူခြင်း(Making Sense of Autism Spectrum Disorders: Create the Brightest Future for Your Child with the Best Treatment Options) ရေးသားသူ James Coplan, MD ဂျိမ်းစ် ကော့ပ်လန်၊ ထုတ်ဝေသည့်ကုမ္ပဏီ Bantam Books၊ NY, 2010 တွင်ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသည်။

ဤ အချက်အလက် သတင်းလွှာအား Stephen H Contompasis MD, Carol Hassler, MD နှင့် Janet Kilburn, LICSW တို့မှ စီစဉ် ရေးသားပြီး ဗားမောင့် ASD နှင့် အခြား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုဆိုင်ရာ မသန်စွမ်း များခံစားနေရသည့် ကလေး နှင့် ဆယ်ကျော်သက်များအ တွက် ဝန်ဆောင်ပေးမှု တိုးတက်လာ ခြင်းအတွက် နိုင်ငံတော် ကိရိယာ ခွင့်ပြုထောက်ပံ့မှု အဖွဲ့အစည်း (Vermont State Implementation Grant for Improving Services for Children and Youth with ASD and other Developmental Disabilities) မှ ကူညီထောက်ပံ့ကာ ထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်သည်။