



اضطرابات طيف التوحد (ASDs) هي مجموعة من الاضطرابات التي تستهدف النمو العصبي، وتتصف بضعف التفاعل الاجتماعي، والتواصل اللفظي وغير اللفظي، وبأنماط سلوكية مقيدة ومتكررة.

يصاب بمرض التوحد حوالي 1-2 من كل 100 شخص في جميع أنحاء العالم، ووفقاً لإحصائيات المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والوقاية منها S.U. Prevention and Control Disease for Centers، تم تشخيص طفل واحد تقريباً من كل 68 طفلاً باضطراب طيف التوحد، ويعتقد الخبراء أن هناك عدداً من العوامل يجعل بعض الأطفال عرضة للخطر، بما في ذلك العوامل الوراثية وبعض العوامل البيئية، خلال المراحل المبكرة لنمو الدماغ.

وكثيراً ما يحاول آباء وأمهات الأطفال المصابين باضطراب التوحد تغيير الأنظمة الغذائية التي يتناولها أطفالهم أو إعطاءهم بعض المكملات الغذائية بهدف تخفيف أعراض هذا الاضطراب، إلا أن أي تغيير قد لا يكون بالضرورة مفيداً للطفل، بل إنه قد يكون ضاراً في بعض الأحيان، فالعديد من الخبراء يرون أنه من الضروري للآباء استشارة طبيب الأطفال قبل اتخاذ أي إجراء في تغيير النظام الغذائي لطفلهم.

وفقاً لبعض الدراسات الحديثة، فقد تبين عدم وجود دليل قوي يبرح وجود أي فائدة لأي من الأنظمة أو المكملات الغذائية، فبعد تحليل النتائج التي توصل إليها الباحثون عند إجراء 19 تجربة سريرية، تبين وجود دليل ضعيف على أن التدابير الغذائية على اختلاف أنواعها - من الأطعمة الخالية من الغلوتين إلى مكملات زيت السمك - قد أفادت الأطفال الذين يعانون من اضطرابات طيف التوحد (ASDs).

وأعلن الباحثون أن بعض الدراسات قد أظهرت نتائج إيجابية، في حين أن البعض الآخر لم يسفر عن أية نتائج. أجريت هذه الدراسات على نطاق ضيق ولفترة زمنية قصيرة، حيث شملت بين 12 و 92 طفلاً من أماكن مختلفة، وغالباً ما كانت تستمر لأقل من ستة أشهر.

وقامت عدة أبحاث بدراسة ما إذا كانت أحماض 3-Omega الدهنية قد أحدثت فرقاً في قدرات الأطفال اللغوية أو في سلوكهم أو مهاراتهم الاجتماعية، ولم يتوصل الفريق إلى دليل واضح عن وجود فوائد تذكر. وفي بعض التجارب، تبين أن الأطفال الذين قد أعطوا علاجاً وهمياً (مادة غير نشطة) قد أظهروا تحسناً أكبر



من هؤلاء الذين تناولوا أحماض 3-Omega الدهنية بنسبة 30%.

وقد أظهرت نتائج مختلفة لبعض التجارب الأخرى التي أجريت لاختبار المكملات الغذائية كالإنزيمات الهاضمة وفيتامين B12، أن الإنزيمات الهاضمة أدت إلى تحسن في الأعراض الهضمية والمشاكل السلوكية لدى بعض الأطفال، في حين لم يجد أطفال آخرون أي فائدة.

أما بالنسبة للنظام الغذائي، قامت العديد من الدراسات بتحري تأثير الحمية الخالية من الغلوتين (وهو البروتين الموجود في القمح والشيلم والشعير) أو الكازئين (وهو البروتين الموجود في الحليب) والتي عادةً ما يتم التشجيع على الالتزام بها للأطفال المصابين بالتوحد. ومرةً أخرى، وجد الباحثون أن النتائج كانت متباينة، كما أن الدراسات التي وجدت فائدةً من تلك الأنظمة كانت أقل دقةً من سابقتها.

إن اضطرابات التوحد معقدة وتتفاوت بشكل كبير من شخص لآخر، فقد يعاني طفلٌ من مشاكل أقل في التواصل والمهارات الاجتماعية من غيره، في حين أن آخر قد يتأثر بشكل أكبر فيكون قليل الكلام، وربما لا يتكلم على الإطلاق، أو ربما يعاني من الاضطرابات السلوكية المتكررة. ولذلك، فإن اتباع نظام غذائي ما قد يفيد بعض الأطفال، ولكن ليس بالضرورة أن يفيد الأطفال الآخرين. وسيتم إجراء تجارب أكبر ومدروسة جيداً للحصول على إجابات أكثر وضوحاً.

المصدر:

<http://syr-res.com/?3801>

الدراسة المرجعية:

<http://syr-res.com/?3802>

المساهمون في المقال :

ترجمة: Aya Alrifai



تدقيق علمي: Nour Kahil



تدقيق لغوي: Alaa Al Jabban



اقترح: Omamah Zinkawan



تعديل الصورة: Khaled Abuyasser



صوت: Tasneem Nouiem



نشر: Rima Naasan

