

Задержка умственного развития

Синдром Дауна, гипотиреоз и другие причины

Задержкой умственного развития называют отставание в развитии интеллекта ребенка. **Ребенок с таким нарушением учится многим вещам гораздо медленнее, чем другие дети его возраста.** Он позже начинает двигаться, улыбаться, проявлять интерес к окружающему, пользоваться руками, сидеть, ходить, говорить и понимать. Или же развитие идет неравномерно, и одни из этих навыков приобретаются быстрее, а другие – медленнее.

Степень задержки умственного развития может быть в диапазоне от легкой до тяжелой. Ребенку с **легкой задержкой** требуется больше времени, чтобы освоить некоторые навыки. Но если ему помочь, он сможет постепенно научиться заботиться о себе и быть активным и ответственным членом своей общины. Ребенок с **тяжелой, выраженной задержкой**, даже становясь старше, по умственному развитию может остаться на уровне младенца или маленького ребенка. Ему всегда, в той или иной мере, будет требоваться повышенное внимание и уход.

Такие расстройства интеллекта нельзя излечить. Тем не менее, **всем детям с такими нарушениями можно помочь в развитии навыков. Чем раньше начинается помощь и стимулирование развития такого ребенка, тем больше навыков и умений он сможет приобрести.**

ВАЖНО! В этой главе мы рассмотрим некоторые из **причин, вызывающих расстройства интеллекта**, и вкратце опишем две его распространенные формы – синдром Дауна и гипотиреоз. Однако **расстройства интеллекта – это только одна их причин замедления развития у детей.** Например, слепой ребенок позднее начинает тянуться к предметам и передвигаться, **если не** помогать и постоянно не поощрять его. У глухого ребенка замедлится развитие навыков общения, если не научить его «разговаривать» другими способами, отличными от устной речи. Ребенок с тяжелыми физическими расстройствами зачастую отстает как в физическом, так и в умственном развитии. Поскольку «задержка развития» – распространенное явление при очень многих инвалидизирующих заболеваниях, мы посвятим им несколько отдельных глав.



Некоторые дети с задержкой умственного развития, если им помочь, способны научиться читать и писать, и выполнять многое из того, что умеют делать здоровые дети. (На фото изображен ребенок с синдромом Дауна из Индонезии. Фото Каролин Ватсон, Christian Children's Fund.)

О том, как помочь ребенку с расстройством интеллекта или отставанием в развитии, говорится в гл. с 34 по 40. В гл. 34 и 35 рассматриваются тема **«раннее развитие ребенка»** и способы, помогающие простимулировать овладение ребенком первичных навыков (пользование органами чувств, подвижность и общение). В гл. с 36 по 39 рассказывается о том, как **научить ребенка навыкам самообслуживания** (прием пищи, одевание, отправление естественных нужд, купание). В гл. 40 освещаются тема **«поведение ребенка»** и способы стимулирования такого поведения, которое способствует обучению.

Ряд предложений о том, как помочь детям с расстройствами интеллекта, изложены в разделе под названием **«РЕБЕНОК ребенку»** (с. 442–445). Потребности и проблемы, которые возникают у детей с такими нарушениями, когда они достигают половой зрелости, рассмотрены в гл. 52, с. 495.

Мы не включили в эту книгу подробного рассмотрения **проблем обучения детей с задержкой умственного развития.** Некоторые идеи по обучению обсуждаются в гл. 53. Но зачастую этот процесс требует применения специальных методик и учебных материалов. Отличным источником такой информации является пособие под названием *Special Education for Mentally Handicapped Pupils* (Специальная программа обучения при расстройствах интеллекта). Игрушки, которые могут быть полезны для обучения ребенка, см. в гл. 49.

ПРИЧИНЫ ЗАДЕРЖКИ УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ

Существует много причин:

- Зачастую причина **неизвестна**.
- Некоторые дети рождаются с очень **маленьким головным мозгом**, либо у него нарушен нормальный рост или функционирование.
- Иногда возникает **«ошибка» в хромосомах** – крошечных носителях информации, которые определяют, каким будет ребенок (**наследственность**). Примером такой хромосомной болезни является синдром Дауна.
- Иногда причина в том, что во время беременности мать не **получала с пищей определенных питательных веществ или минералов в достаточном объеме** (см. «Гипотиреоз», с. 282).
- До родов, при родах или после родов у ребенка может произойти **повреждение головного мозга**. Помимо расстройства интеллекта, в таких случаях может развиваться церебральный паралич, слепота, глухота или эпилепсия. Распространенным причинам, приводящим к повреждению головного мозга и расстройствам интеллекта, посвящена гл. 9. К их числу относятся:
 - **коревая краснуха** в ранний период беременности
 - **менингит** (инфекционное заболевание оболочек головного и спинного мозга), вызванный бактериями, туберкулезом или малярией, перенесенный в раннем детстве
 - **гидроцефалия** (водянка головного мозга), часто в сочетании со спинномозговой грыжей (с. 169)
 - **черепно-мозговые травмы**
 - **другие причины: опухоль головного мозга; отравление** свинцом, пестицидами (с. 15), некоторыми лекарственными препаратами и продуктами питания; инфекционное заболевание, вызываемое вирусом Зика, переносчиком которого являются комары; некоторые формы **мышечной дистрофии** или атрофии (см. с. 110)



У ребенка с **микроцефалией** (маленький головной мозг) нарушается умственное развитие и часто развиваются проблемы со зрением, слухом и другие расстройства физического характера. О том, как измерить размер головы, см. на с. 41.

Во многих странах мира наиболее распространенными причинами задержки умственного развития являются повреждение головного мозга и синдром Дауна. Но в некоторых горных местностях **основной причиной является недостаток йода** в пище и воде (с. 282).

Как правило, расстройства интеллекта неизлечимы, поэтому в большинстве случаев не обязательно знать их точную причину. Вместо этого нужно по возможности максимально помочь ребенку в развитии. Однако в некоторых случаях большую пользу могут принести определенные лекарственные препараты, изменения в питании или меры по предотвращению дальнейшего поступления токсичных веществ в организм ребенка. Если у ребенка наблюдаются какие-либо признаки гипотиреоза или создается впечатление, что он постепенно утрачивает свои умственные способности, обратитесь к опытному специалисту.

Меры по предупреждению расстройств интеллекта рассмотрены в главах, посвященных причинам этих расстройств. См. детский церебральный паралич (с. 107), синдром Дауна (с. 281) и гипотиреоз (с. 282).

ПСИХИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

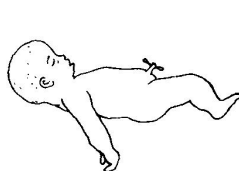
Некоторые путают «задержку умственного развития» с психическими расстройствами. Но это совершенно разные вещи. Человек, страдающий психическим расстройством, может обладать нормальным и даже высоким интеллектом и быть высокообразованным. Но в силу тяжелых переживаний или какой-то болезни, поражающей головной мозг, в его поведении появляются странности. Когда человек с задержкой умственного развития ведет себя ненормально, как правило, это обусловлено тем, что его не научили вести себя правильно; его нужно этому научить. Человек, страдающий психическим расстройством, нуждается в специализированной помощи, возможно, в помощи врача-психиатра. **Психические расстройства следует рассматривать так же, как и любые другие болезни. Часто люди, страдающие психическими расстройствами, не в состоянии контролировать свое странное поведение. Мы должны не винить или наказывать их, а окружить любовью, заботой и пониманием.**

СИНДРОМ ДАУНА

Во многих местностях синдром Дауна является самой распространенной формой расстройства интеллекта. Дети с синдромом Дауна медленнее, чем остальные дети, развиваются физически и умственно. Также у них наблюдаются специфические физические признаки или отклонения. (Такое сочетание различных признаков называется «синдромом».) Развитие плода в утробе матери происходит с отклонениями от нормы из-за «ошибки» в хромосомах (материальный носитель информации, находящийся в каждой клетке тела и определяющий, каким будет ребенок и как будет выглядеть).

Ниже перечислены типичные **признаки, наблюдаемые у детей с синдромом Дауна (не у всех детей встречаются все эти признаки)**:

- Малыш рождается вялым и слабым.
- Он мало плачет.
- Малыш позже, чем его сверстники, начинает переворачиваться, хватать предметы, садиться, говорить и ходить.

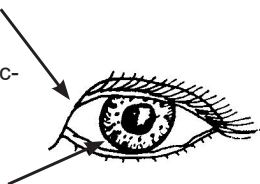


- Если его неожиданно резко опускают, он не расставляет ручки, как это делают здоровые дети.

- Кожная складка закрывает внутренний угол глазной щели.

- Веки могут быть отечными и красными.

- Радужная оболочка глаза испещрена множеством маленьких белых пятнышек, напоминающих песчинки. К годовалому возрасту они, как правило, исчезают.



- Глаза скошены вверх; иногда наблюдается сходящееся косоглазие или слабое зрение.

- Уши низко посажены.

- Рот маленький, постоянно открыт; высокое и суженное — аркообразное нёбо; язык высунут изо рта.

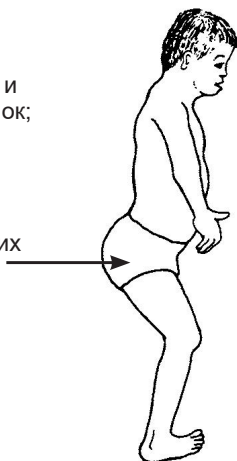
- Короткие широкие кисти рук с короткими пальцами; мизинец может быть искривлен или иметь только одну складку (недоразвитие средней фаланги).



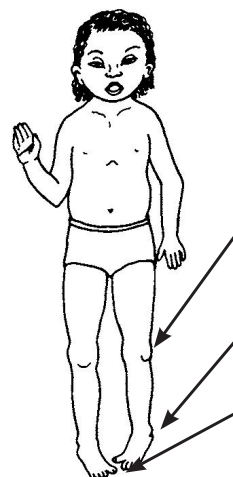
- глубокая складка поперек ладони (иногда встречается и у здоровых детей);

- голова маленькая, широкая и уплощенная, плоский затылок;

- Иногда встречается подвывих бедренных костей.



- плоское лицо;
- маленький нос, плоская переносица;



- короткая шея;
- круглые плечи;
- короткие руки и ноги;
- боковое смещение надколенной чашечки;
- косолапость, плоскостопие;
- большой палец ноги далеко отведен от остальных пальцев.

Другие возможные признаки:

- Локтевые, тазобедренные и голеностопные суставы могут быть избыточно подвижными и гибкими.
- Врожденные пороки сердца встречаются у одного из 3 детей с синдромом Дауна.
- Может развиваться лейкемия (рак крови).
- У детей старшего возраста следует проверить слух и зрение.
- У одного из 10 деформированы шейные позвонки, которые могут сместиться и вызвать сдавление спинного мозга в спинномозговом канале. Это может стать причиной внезапного или медленно прогрессирующего **паралича** или внезапной смерти.

Уход за детьми с синдромом Дауна и другими формами расстройства интеллекта

Степень расстройства интеллекта у детей с синдромом Дауна может быть легкой, умеренной или тяжелой. Некоторые дети никогда не овладеют речью. Другие могут говорить (и нередко любят разговаривать). Многие могут научиться читать и писать. Большинство этих детей очень дружелюбны, ласковы и хорошо ведут себя с теми, кто хорошо к ним относится. Даже при выраженной задержке умственного развития, такие дети, при надлежащей помощи и правильном обучении, как правило, способны овладеть базовыми навыками самообслуживания и научиться выполнять простую работу. Они могут вполне нормально жить в своей семье и общине.

Эти дети могут научиться выполнять многие важные виды работ, особенно в сельской местности. Они способны выполнять однообразную, требующую повторения одинаковых действий работу, зачастую не хуже, а то и лучше других.

Но физически и умственно они развиваются медленнее, чем здоровые дети. Родители и те, кто ухаживает за такими детьми, должны быть очень терпеливы с ними и с самого раннего возраста стараться сделать все возможное, чтобы помочь развить их умственные и физические способности. Чтобы избежать или исправить проблемы с поведением у таких детей, родителям следует быть очень последовательными в том, как они себя ведут по отношению к ребенку и чего они от него ожидают. Ребенка необходимо чаще хвалить и поощрять за успехи (см. гл. 40).

Некоторые дети с синдромом Дауна могут ходить в школу, но им требуется дополнительная помощь. Важно, чтобы учителя относились к их проблеме с пониманием и приучили других детей с уважением относиться к ребенку с расстройством интеллекта. Если ребенок с синдромом Дауна, живущий в сельской местности, не найдет в школе понимания и помощи, то ему, возможно, лучше учиться дома, помогая своей семье по хозяйству.

Есть 3 главных вопроса в заботе о ребенке с синдромом Дауна:

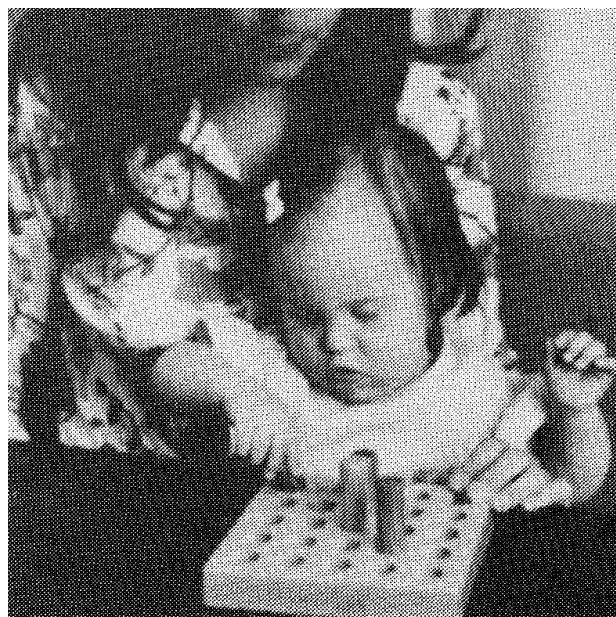
1. Помощь ребенку в развитии его умственных и физических способностей.
2. Профилактика инфекционных заболеваний.
3. Предупреждение или исправление деформаций.

Здесь мы обсудим последние два вопроса. Первый будет рассмотрен в других главах.

ВАЖНО! Для правильного воспитания ребенка с синдромом Дауна или замедленным умственным развитием, обязательно прочтите все главы, посвященные раннему развитию ребенка и освоению базовых навыков (гл. 33–41).



В одном из сел молодой человек с синдромом Дауна работает водовозом – возит воду с речки. Он счастлив и горд своей работой.



Девочка с синдромом Дауна учится вынимать колышки из прорезей в дощечке. Позже она будет учиться вставлять их обратно. (Фото из пособия *Teaching Your Down's Syndrome Infant* (Обучение ребенка с синдромом Дауна); автор: Марси Джей Хансон).

Профилактика инфекционных заболеваний

Дети с синдромом Дауна болеют чаще других. Они легко подхватывают простуду, бронхит, пневмонию и другие инфекционные заболевания. Поэтому очень важно оберегать их здоровье.



- Как можно дольше **кормите ребенка грудью**. Грудное молоко содержит «антитела», которые помогают ребенку бороться с инфекциями. (Если он не может хорошо сосать, сцеживайте молоко и кормите его этим молоком с ложечки или любым другим действенным способом.)
- Как любого грудного младенца, с 5-месячного возраста начинайте его прикармливать, давая фрукты, бобовые, яйца и рис, но одновременно продолжайте кормить грудью. (Как любого грудного младенца, ежемесячно взвешивайте его в детской консультации, чтобы быть уверенным, что ребенок прибавляет в весе в соответствии с нормой.)
- **Прививки** (вакцинация) могут защитить ребенка от многих детских болезней. Если ребенок с синдромом Дауна заболит корью или коклюшем, у него легко может развиваться пневмония.
- **Ранняя медицинская помощь**. Если у ребенка заболит горло, ухо или начнется сильный кашель, как можно скорее обратитесь к врачу.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ деформаций стопы и других осложнений

- У всех новорожденных проверяйте, нет ли **подвывиха** бедренной кости, чтобы его можно было как можно скорее вправить (с. 155).

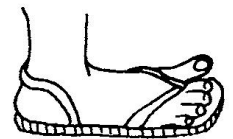
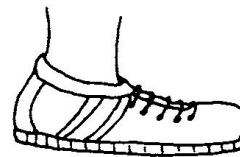
- Если у ребенка большой палец ноги отведен наружу,

не используйте жесткую обувь, в которой большой палец прижимается внутрь, как показано здесь.

Лучше носить теннисные туфли, либо другую мягкую обувь или сандалии.



Это может вызвать болезненный подвывих в этом месте.



Если большой палец очень сильно отведен наружу, то его положение можно исправить с помощью хирургической операции, после которой ребенок без проблем сможет носить любую обувь.

- Если у ребенка **выраженное** плоскостопие, может помочь специальная стелька (с. 118).
- При любых признаках паралича или утраты чувствительности в руках, ногах или теле проконсультируйтесь у ортопеда или нейрохирурга.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ болезни Дауна

Один из каждых 800 детей рождается с синдромом Дауна. Такие дети чаще рождаются у матерей старше 35 лет. Женщинам, приближающимся к этому возрасту, возможно, имеет смысл планировать свою семью так, чтобы не рожать после 35 лет (см. пособие «Здоровье для всей семьи», гл. 20). Кроме того, если у супружеской пары уже есть ребенок с синдромом Дауна, то вероятность родить другого ребенка с таким же заболеванием выше средней (примерно 1 из 50).

В некоторых странах беременная в сроке приблизительно 4 месяца может пройти исследование (амниоцентез), чтобы выяснить, нет ли у плода синдрома Дауна. Если диагноз подтверждается, семья может рассмотреть возможность искусственного прерывания беременности.

ГИПОТИРЕОЗ

Гипотиреоз – это состояние, обусловленное длительным, стойким недостатком гормонов щитовидной железы, приводящее у детей к задержке умственного и физического развития. Эти гормоны регулируют общее развитие ребенка и функции организма. Без них все процессы идут медленнее.

Щитовидная железа расположена в передней части шеи. Для выработки гормонов этой железе требуется йод. Большинство людей получают йод в достаточном количестве вместе с водой и пищей. Но в некоторых местностях, особенно в горах, почва, вода и пища содержат очень мало йода. Стараюсь получить больше йода, щитовидная железа иногда сильно разрастается и выбухает на передней поверхности шеи, это называется зобом.



В местностях, где мало йода и много больных зобом, очень распространен гипотиреоз. В этих местностях много детей, страдающих **снижением слуха** или **задержкой умственного развития**. У них может не наблюдаться типичных признаков гипотиреоза, но причина, вероятно, та же. В местностях, где зоб не имеет широкого распространения, случаи заболевания гипотиреозом очевидно связаны не с дефицитом йода, а с другими причинами.

ПРИЗНАКИ: Ниже мы приводим некоторые признаки гипотиреоза и сопоставляем их с похожими признаками синдрома Дауна. Зачастую трудно установить, страдает ли новорожденный гипотиреозом. Ребенок с гипотиреозом часто рождается крупным, но потом перестает нормально расти. Из-за увеличенного в объеме языка у ребенка могут быть трудности с приемом пищи или дыханием, либо он может шумно дышать. Такой ребенок малоподвижен и мало плачет. Часто, к 3–6 месяцам мать начинает беспокоиться, так как ее ребенок выглядит каким-то безучастным, едва проявляет интерес к происходящему вокруг, слишком много спит и медленно развивается.

Признаки при ГИПОТИРЕОЗЕ	Признаки, наблюдаемые как при ГИПОТИРЕОЗЕ, так и при БОЛЕЗНИ ДАУНА	Признаки БОЛЕЗНИ ДАУНА (наиболее характерные, отличные от гипотиреоза)
 - низкий лоб (низко расположенная линия роста волос) - припухшие веки - плоская переносица - одутловатые лицо, кисти рук и стопы «жировая припухлость» здесь - Ребенок растет очень медленно; все больше отстает от сверстников в росте. - сильные запоры (стула может не быть по несколько дней) - часто глухота - По мере того, как ребенок растет, его коленные суставы могут увеличиться и стать болезненными. - температура ниже нормы - толстая сухая, прохладная кожа	- замедленное умственное и физическое развитие - широко посаженные глаза - круглое лицо, бессмысленный взгляд - Язык высывается изо рта. - короткие шея и конечности; широкие и короткие кисти рук - большой живот; ребенок стоит, откинувшись назад (лордоз) - часто пупочная грыжа 	- высокий лоб (высоко расположенная линия роста волос) - узкие глазные щели; вертикальная кожная складка, прикрывающая внутренний угол глазной щели Другие признаки см. на с. 279. 

ЧТО ДЕЛАТЬ? Рано начатое и непрерывное лечение препаратами гормонов щитовидной железы способствует улучшению роста, внешности и иногда позволяет уменьшить или предотвратить задержку умственного развития. Для получения наилучших результатов лечение следует начинать уже на первом месяце жизни. **Как только у вас возникнет подозрение, что у ребенка может быть гипотиреоз, незамедлительно проконсультируйтесь у специалиста.**

Чтобы узнать, как помочь ребенку в умственном и физическом развитии и овладении базовыми навыками, прочтите гл. с 34 по 41 и используйте идеи, которые могут помочь удовлетворить потребности ребенка. С помощью рано начатого лечения и надлежащего обучения многие дети, страдающие гипотиреозом, могут научиться ухаживать за собой и выполнять простую, но важную для окружающих работу. О том, как справляться с запорами, см. на с. 212.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ гипотиреоза. В тех местах, где широко распространен зоб, многие случаи гипотиреоза (и глухоты) можно предотвратить, настоятельно рекомендуя всем **употреблять в пищу йодированную соль.**