5 Μαρτίου 2014

Τραυλισμός: Κι όμως θεραπεύεται!

/ Γενικά Θέματα / Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Ένα 5% των παιδιών προσχολικής ηλικίας τραυλίζουν, πράγμα που σημαίνει ότι περισσότερα από 50.000 παιδιά στην Ελλάδα αντιμετωπίζουν αυτό το πρόβλημα. Για την πλειοψηφία, η κατάσταση είναι προσωρινή και την ξεπερνούν καθώς μεγαλώνουν, αλλά περίπου το 1/3 αν δεν βοηθηθούν έγκαιρα, κινδυνεύουν να αναπτύξουν τραυλισμό και στην ενήλικη τους ζωή.

Τι είναι ο Τραυλισμός;

Ο τραυλισμός είναι μια δυσκολία στη ροή της ομιλίας. Αποτελεί μία σύνθετη διαταραχή που συνήθως χαρακτηρίζεται από διακοπτόμενη ροή ομιλίας λόγω επαναλαμβανόμενων κολλημάτων, επαναλήψεων ή επιμηκύνσεων ήχων στην αρχή ή τη μέση της λέξης. Συχνά συνοδεύονται από αντανακλαστικές συσπάσεις του προσώπου ή του σώματος και σε ορισμένες περιπτώσεις από απώλεια ελέγχου του ρυθμού της αναπνοής.

Που οφείλεται; Ο τραυλισμός έχει νευρολογική βάση και σχετίζεται με τον γενετικό προγραμματισμό του εγκεφάλου του παιδιού και την κληρονομικότητα. Δευτερογενώς τα λεκτικά συμπτώματα συσχετίζονται με αρνητικά συναισθήματα όπως είναι ο φόβος για λεκτική επικοινωνία ή ένα αίσθημα επικοινωνιακής ανεπάρκειας και ανασφάλειας και με συμπεριφορές αποφυγής όπως είναι η αποφυγή λέξεων, προσώπων, ή επικοινωνιακών περιστάσεων. Στα παιδιά σχολικής ηλικίας και στους ενηλίκους εμφανίζεται με συχνότητα 1% του συνολικού πληθυσμού ενώ το ποσοστό των παιδιών προσχολικής ηλικίας που για κάποιο διάστημα της ζωής τους εμφάνισαν δυσκολίες ροής αγγίζει το 5%. Ο τραυλισμός είναι 3 φορές συχνότερος σε οικογένειες με ανάλογο κληρονομικό ιστορικό και 4 φορές συχνότερος στα αγόρια από ότι στα κορίτσια.

Πώς εμφανίζεται ο τραυλισμός και σε ποια ηλικία; Τα πρώτα συμπτώματα

εμφανίζονται συνήθως μεταξύ του δεύτερου και του πέμπτου έτους σαν μία δυσχέρεια στη ροή της ομιλίας που χαρακτηρίζεται κυρίως από επαναλήψεις της αρχικής συλλαβής, επαναλήψεις ολόκληρων λέξεων (κυρίως μικρών) ή φράσεων και σπανιότερα από απώλεια ελέγχου του ρυθμού της αναπνοής, μπλοκαρίσματα και συσπάσεις του προσώπου. Η εκκίνηση μπορεί να είναι σταδιακή ή και αιφνίδια. Άλλες φορές σχετίζεται με κάποιο σημαντικό γεγονός στη ζωή του παιδιού και άλλες όχι. **Πότε ο «τραυλισμός» ενός παιδιού προσχολικής ηλικίας μπορεί να εξελιχθεί σε μια μονιμότερη κατάσταση;** Σημαντικό ρόλο παίζουν εγγενείς και περιβαλλοντικοί παράγοντες. Αυτοί είναι:

Η κληρονομική προδιάθεση.

Οι γενικότερες δυσκολίες που μπορεί να έχει το παιδί στην ανάπτυξή του.

Οι ειδικότερες δυσκολίες που μπορεί να έχει στην εξέλιξη του λόγου και της ομιλίας και η επικοινωνιακή του ικανότητα και αποτελεσματικότητα.

Οι απαιτήσεις που θέτει το περιβάλλον του παιδιού σε σχέση με τις ικανότητες που έχει το παιδί με βάση την ανάπτυξή του.

Ο τρόπος που λειτουργούν οι σχέσεις μεταξύ των μελών της οικογένειας.

Οι αντιδράσεις του άμεσου και ευρύτερου περιβάλλοντος του παιδιού στην εμφάνιση του τραυλισμού.

Σημαντικά γεγονότα που συμβαίνουν στη ζωή του παιδιού τη δεδομένη χρονική στιγμή.

Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε το παιδί;

Ο τραυλισμός εκδηλώνεται με διαφορετικό και ιδιαίτερο τρόπο σε κάθε παιδίκαι «συντηρείται» από διαφορετικούς λόγους, επομένως μπορούν να δοθούν μόνο κάποιες γενικές συμβουλές που έχουν αποδειχθεί χρήσιμες:

-Μειώστε την ταχύτητα με την οποία μιλάτε στο παιδί. Εάν εσείς μειώσετε την ταχύτητα που μιλάτε, τότε και το παιδί θα πάψει να προσπαθεί να μιλήσει γρήγορα.

-Αποφύγετε να πείτε στο παιδί σας να μιλά αργά ή να μην βιάζεται. Αποφεύγετε να σχολιάζετε τον τρόπο που μιλάει.

-Αποφύγετε να σχολιάζετε τον τρόπο που αναπνέει και ποτέ μην του υποδείξετε να ελέγξει την αναπνοή του. Η προσπάθεια παρέμβασης σε μια

λειτουργία που γίνεται αντανακλαστικά, όπως η αναπνοή και η ομιλία, μπορεί να έχει αντίθετα αποτελέσματα από τα επιδιωκόμενα. Σε αυτή την ηλικία και φάση δε θα πρέπει το παιδί να συνειδητοποιήσει ότι «κολλάει» όταν μιλά, ούτε να προσπαθήσει να βάλει σε έλεγχο την ομιλία του.

-Κάνετε παύσεις στην ομιλία σας κατά τις οποίες το παιδί μπορεί να παρέμβει και να πει αυτό που θέλει.

– Μη χρησιμοποιείτε δύσκολο λεξιλόγιο και φράσεις με συντακτική πολυπλοκότητα μεγαλύτερη από τις ικανότητες του παιδιού στην κατανόηση και στην έκφραση.

-Μη θέτετε υπερβολικούς μη ρεαλιστικούς στόχους και μην έχετε υπερβολικές απαιτήσεις από το παιδί σε επικοινωνιακούς και γνωστικούς τομείς.

-Μην υποχρεώνετε το παιδί να απαντάει συνεχώς σε ερωτήσεις σας. Μειώστε τον αριθμό των ερωτήσεων που κάνετε. Αντί να απαιτείτε συνέχεια μία απάντηση από το παιδί σχολιάστε αυτά που κάνει ή λέει δίνοντας βαρύτητα στο περιεχόμενο και όχι στον τρόπο της ομιλίας. Επαναλάβατε αυτό που μόλις είπε το παιδί με κανονική ροή και σωστές παύσεις όχι για να το διορθώσετε ή για να του δείξετε πώς πρέπει να το πει, αλλά για να το «εκθέσετε» σε ένα σωστό πρότυπο ομιλίας. Ταυτόχρονα, με αυτόν τον τρόπο, δίνετε το χρόνο και το δικαίωμα στο παιδί να συνεχίσει, να εμπλουτίσει ή να διαπραγματευτεί αυτό που έλεγε.

-Μη ζητάτε από το παιδί να δίνει «αναφορά»: π.χ. «πώς τα πήγες στο σχολείο σήμερα;» Ξεκινήστε πρώτοι σχολιάζοντας την ημέρα σας και δώστε χρόνο στο παιδί να σας μιμηθεί αναφερόμενο στην δική του ημέρα. Συζητάτε για αντικείμενα που υπάρχουν μπροστά στο παιδί ή για γεγονότα συμβαίνουν αυτή τη στιγμή. Για το παιδί είναι πιο εύκολο να εκφραστεί λεκτικά για ό,τι συμβαίνει τώρα παρά για ό,τι συνέβη στο παρελθόν ή για αντικείμενα που δεν είναι μπροστά του ή που είναι αφηρημένα.

-Το παιδί που τραυλίζει έχει ανάγκη να το ακούτε με προσοχή. Προσπαθήστε να κοιτάτε στα μάτια το παιδί σας για όση ώρα σας μιλά , να μην το διακόπτετε και να του δίνετε όσο χρόνο χρειάζεται για να ολοκληρώσει αυτό που λέει. Αποφύγετε να ολοκληρώνετε εσείς τις λέξεις ή φράσεις που λέει όταν δυσκολεύεται. Κάτι τέτοιο συνήθως προκαλεί μεγάλο εκνευρισμό. Ολοκληρώνοντας εσείς τις λέξεις ή τις φράσεις του, του δίνετε την εντύπωση ότι πρέπει να βιαστεί και το ωθείτε στην παραίτηση της προσπάθειας επικοινωνίας.

-Δεν θα πρέπει να δείχνετε στο παιδί την αγωνία ή την αμηχανία σας για τον τρόπο που μιλάει. Εάν ωστόσο εκείνο εκφράσει κάποια ανησυχία για την

ομιλία του, αναγνωρίστε την και μην την ακυρώσετε με πλαστούς ισχυρισμούς όπως “μα τι λες, δεν το είχα προσέξει ” ή “ποιος είπε κάτι τέτοιο”, προσέξτε όμως, να μην ενισχύσετε την ανησυχία του με τη δική σας αγωνία.

Χρειάζεται λογοθεραπεία; Αρχικά, καλό θα ήταν το παιδί να εκτιμηθεί από ειδικό Παιδίατρο-Αναπτυξιολόγο για να αξιολογηθούν όλες οι πτυχές της ανάπτυξης του. Η θεραπευτική παρέμβαση περιλαμβάνει όλη την οικογένεια, η οποία παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη του λόγου και της κοινωνικής επαφής του παιδιού σ’ αυτά τα ευαίσθητα χρόνια.

Σε περίπτωση που ο τραυλισμός επιμένει για περισσότερο από 6 μήνες μετά την ημερομηνία της έναρξης, καλό είναι να καταφεύγουμε στην πρώιμη λογοθεραπευτική παρέμβαση, που μπορεί να αποτρέψει ή να «ομαλοποιήσει» τον μόνιμο τραυλισμό. Μάλιστα οι έρευνες δείχνουν πως η διάρκεια της θεραπείας στα παιδιά είναι μικρότερη από ότι στους ενήλικες, 8 εβδομάδες με ένα χρόνο.

Η θεραπεία έχει άριστα αποτελέσματα σε παιδιά προσχολικής ηλικίας, με ποσοστά επιτυχίας 95%. Ακόμα και αν δεν είμαστε σίγουροι ότι τα παιδιά αυτά θα μιλούσαν κάποια μέρα καθαρά και ομαλά και χωρίς θεραπεία, η παρέμβαση αυτή με κανέναν τρόπο δεν βλάπτει το παιδί και κανένας γονιός δεν θα ήθελε να στερήσει από το παιδί του την ευκαιρία να βελτιώσει τον λόγο του και άρα την αυτοεκτίμηση και την κοινωνικότητα του. Βέβαια η διάρκεια της θεραπείας εξαρτάται από πολλούς παράγοντες και συνήθως τα παιδιά μπορεί να επανέλθουν στη θεραπεία καθώς μεγαλώνουν. Η επιτυχία της θεραπείας του τραυλισμού είναι η επίτευξη του ελέγχου της ομιλίας.

Η εξειδικευμένη βοήθεια και διάγνωση είναι απολύτως απαραίτητη ΑΜΕΣΑ επειδή ο τραυλισμός είναι διαφορετικός σε κάθε παιδί, εκδηλώνεται με διαφορετικό και ιδιαίτερο τρόπο και συντηρείται από διαφορετικούς λόγους. Ο τραυλισμός πρέπει να αντιμετωπίζεται με τη βοήθεια λογοθεραπευτή και όχι ψυχολόγου.

Η έγκαιρη και έγκυρη διάγνωση είναι προϋπόθεση για τη σωστή αντιμετώπιση.

Πηγή: ehealthcyprus.com