Jak poznám, že moje autistické dítě trpí depresí?

Zpracovala: Renata Chlumská, dobrovolník Mise naděje, www.misenadeje.cz

Andrés Fonseca, MD, MSc, MRCPsych, FRSA a Samantha Glass, BSc (Hons), studentka psychologie

Podle průzkumu zažije někdy v průběhu života depresi průměrně 20% populace. Této statistiky dosáhne téměř 60% u lidí trpících poruchou autistického spektra (ASD). Poruchy nálady (včetně deprese) mají tendenci být častější u lidí s vývojovým postižením než u běžné populace. Avšak deprese u jednotlivců s autismem, zejména dětí, může být těžko diagnostikovatelná.

Proč je tak obtížné diagnostikovat depresi?
Děti s autismem nevyjadřují vždy své emoce stejným způsobem jako ostatní děti. Leo Kanner, psychiatr a vědec zabývající se výzkumem autismu u dětí, říká, že existuje narušení v afektivním kontaktu. To znamená, že afekt (výraz na tváři a řeč těla) se používá pro popis individuálního emočního stavu, který ne vždy zcela odpovídá jeho skutečné náladě (tak jak se jedinec cítí uvnitř). To neznamená, že je dítě deprimováno. Avšak znamená to, že výraz na jeho tváři nemusí vždy odpovídat dané emoci. Tím se komplikuje i správné diagnostikování deprese u dětí. Další překážka, na kterou mohou lékaři narazit v průběhu stanovení diagnózy, je ta, kdy některé děti s PAS mohou mít limitovanou nebo vůbec žádnou schopnost řeči.
Jako rodiče si budete vědomi změn, které probíhají v chování vašich dětí. Možná si povšimnete, že se vaše dítě nechová jako obvykle. Rysy PAS mohou být často zaměněny se symptomy deprese, takže tyto změny mohou být jediným důkazem, že se něco děje s vaším dítětem. I když máte podezření, že existuje něco, co ovlivňuje vaše dítě, může být velmi obtížné zjistit, o co se přesně jedná. Běžné symptomy deprese jako je nezájem o věci a skleslost u dětí s PAS často chybí. Je také těžké zaznamenat další psychologické symptomy jako nízké sebehodnocení, pocit viny, beznaděj a sebevražedné myšlenky.

Na jaké znaky deprese u dětí s autismem bychom si tedy měli dávat pozor?
Existují určité příznaky, které jsou propojeny s depresí častěji u jedinců s autismem, ať už se jedná o normální nebo abnormální chování.
Závažnější nebo často se opakující/kompulsivní chování.
Záchvaty, agresivní chování nebo vykazující znaky intenzivní frustrace.
Větší agitovanost než obvykle.
Sebepoškozování jako je vytrhávání vlasů a kousání do rukou .
Větší obtížnost vykonávat každodenních věcí v různých prostředích.

Posedlost smrtí nebo mluvení o sebevraždě.
Větší stažení se do sebe než obvykle.
Potíže se spánkem.

Přestože se zdá, že existuje spojení mezi PAS a poruchami nálady, vědci ještě musí najít konkrétní spojení, ačkoli někteří mají za to, že může být genetické. Možným spouštěčem může být uvědomění si, že se dotyčný odlišuje od ostatních přátel a rodiny. Pro děti může být také obtížné vyrovnat se s tlakem a sociální interakcí, když nastoupí do školy. Mohou se také ze všech sil snažit navázat přátelství, bez kterého by se mohli cítit osamělí.

Co byste měli dělat, pokud si myslíte, že vaše dítě trpí příznaky deprese?
Léčba deprese může zahrnovat jak léčbu psychologickou (jako je rozhovor s psychologem), tak i lékařské ošetření (jako je užívání léků) bez ohledu na to, zda tato osoba má PAS. Vezměte prosím na vědomí, že léky pro děti se obvykle nedoporučují, pokud nejsou podávány pod odborným vedením. To nejlepší, co můžete udělat, pokud máte nějaké obavy, je navštívit vašeho praktického lékaře, který vás může odkázat na odborníky z oblasti péče o duševní zdraví nebo specialistu, který s vámi prodiskutuje různé možnosti léčby. Typická psychoterapie (terapie rozhovorem) nemusí být zrovna ideální pro děti s autismem z důvodu zvýšeného stresu, který se často vyskytuje při sdílení pocitů, ale jednotlivé složky chování u většiny terapií budou užitečné. Většina forem terapie, včetně kognitivní behaviorální terapie, je přizpůsobená dětem s PAS tak, aby byly pro ně vhodnější. Jednalo se zejména o aktivaci chování, která byla obzvláště úspěšné pro lidi s PAS a depresí.
Pokud máte nějaké dotazy nebo potřebujete podporu a radu týkající se vašeho dítěte a PAS nebo deprese, můžete najít příslušnou pomoc zde: http://www.autism.org.uk/services/helplines.aspx

Andrés Fonseca, MD, MSc, MRCPsych, FRSA je psychiatrický konzultant s téměř 20-letou klinickou praxí. Je spoluzakladatelem a výkonným ředitelem společnosti Thrive, která vyvíjí software zlepšující mentální zdraví kombinováním počítačové kognitivní behaviorální terapie a dalších technik e-terapií pomocí her a herní dynamiky, aby se posílila angažovanost.
Sam Glass v současnosti ukončuje magisterské studium v oboru forenzní psychologie a také spolupracuje s Andrés Fonseca ve společnosti Thrive, která rozvíjí NHS-schválené aplikace pro běžné problémy s duševním zdravím.

Z anglického originálu: How do i know if my child with autism is depressed?, The Autism Parenting Magazine, issue 80, page – 7-8

Prohlášení:

Autor tohoto článku si nijak nenárokuje autorská práva k ničemu v něm uvedenému. Tento článek není lékařskou radou ani lékařskou pomocí, je určen výhradně k informačním a vzdělávacím účelům a má nekomerční povahu