



## عقب ماندگی ذهنی

۳۰ تیر ماه ۱۴۰۲ شمسی

### ناتوانی ذهنی چیست؟

ناتوانی ذهنی شامل مشکلاتی در توانایی های ذهنی عمومی است که بر عملکرد در دو زمینه تأثیر می گذارد:

عملکرد فکری (مانند یادگیری، حل مسئله، قضاوت).

عملکرد تطبیقی (فعالیت های زندگی روزمره مانند ارتباطات و زندگی مستقل).

علاوه بر این، نقص فکری و سازگاری در اوایل دوره رشد شروع می شود.

ناتوانی ذهنی حدود ۱٪ از جمعیت را تحت تأثیر قرار می دهد و از این تعداد حدود ۸۵٪ دارای ناتوانی ذهنی خفیف هستند. مردان بیشتر از زنان مبتلا به ناتوانی ذهنی تشخیص داده می شوند.

### تشخیص ناتوانی ذهنی

ناتوانی ذهنی با مشکلاتی در عملکرد ذهنی و سازگاری شناسایی می شود.

عملکرد فکری با آزمون های هوش روان سنجی معتبر، جامع، فرهنگی مناسب و از نظر روان سنجی معتبر اندازه گیری می شود. در حالی که نمره آزمون IQ در مقیاس کامل دیگر برای تشخیص لازم نیست، آزمایش استاندارد به عنوان بخشی از تشخیص این بیماری استفاده می شود. نمره IQ در مقیاس کامل حدود ۷۰ تا ۷۵ نشان دهنده محدودیت قابل توجهی در عملکرد فکری است. با این حال، نمره IQ باید در زمینه مشکلات فرد در توانایی های ذهنی عمومی تفسیر شود. علاوه بر این، نمرات در خرده آزمون ها می تواند به طور قابل توجهی متفاوت باشد، به طوری که نمره IQ در مقیاس کامل ممکن است به طور دقیق عملکرد فکری کلی را منعکس نکند. بنابراین، قضاوت بالینی در تفسیر نتایج تست های هوش مورد نیاز است.

\*سه حوزه از عملکرد تطبیقی در نظر گرفته شده است:

مفهومی - زبان، خواندن، نوشتن، ریاضی، استدلال، دانش، حافظه.

اجتماعی - همدلی، قضاوت اجتماعی، مهارت های ارتباطی، توانایی پیروی از قوانین و توانایی ایجاد و حفظ دوستی.

عملی - استقلال در زمینه هایی مانند مراقبت شخصی، مسئولیت های شغلی، مدیریت پول، تفریح، و سازماندهی وظایف مدرسه و کار.

عملکرد انطباقی از طریق معیارهای استاندارد شده با فرد و مصاحبه با دیگران، مانند اعضای خانواده، معلمان و مراقبان ارزیابی می شود.

علائم ناتوانی ذهنی در دوران کودکی شروع می شود. تاخیر در مهارت های زبانی یا حرکتی ممکن است تا دو سالگی دیده شود. با این حال، سطوح خفیف ناتوانی ذهنی ممکن است تا سن مدرسه که کودک با تحصیلات مشکل دارد شناسایی نشود.



## علل

علل مختلفی برای ناتوانی ذهنی وجود دارد. می تواند با یک سندرم ژنتیکی مانند سندرم داون همراه باشد. ممکن است به دنبال یک بیماری مانند مننژیت، سیاه سرفه یا سرخک ایجاد شود. ممکن است ناشی از ضربه به سر در دوران کودکی باشد. یا ممکن است در اثر قرار گرفتن در معرض سمومی مانند سرب یا جیوه باشد. سایر عواملی که ممکن است به ناتوانی ذهنی کمک کنند عبارتند از ناهنجاری مغزی، بیماری مادر و تأثیرات محیطی (الکل، مواد مخدر یا سایر سموم). انواع رویدادهای مربوط به زایمان و زایمان، عفونت در دوران بارداری و مشکلات هنگام تولد، مانند دریافت نکردن اکسیژن کافی نیز می توانند در این امر نقش داشته باشند.

## درمان

ناتوانی ذهنی یک وضعیت مادام العمر است. با این حال، مداخله زودهنگام و مداوم ممکن است عملکرد را بهبود بخشد و فرد را قادر سازد در طول زندگی خود رشد کند. شرایط زمینه ای پزشکی یا ژنتیکی و شرایط همزمان اغلب به زندگی پیچیده افراد دارای ناتوانی ذهنی می افزاید.

خدمات برای افراد دارای معلولیت ذهنی و خانواده های آنها می تواند حمایتی را برای مشارکت کامل در جامعه فراهم کند.

\*انواع مختلفی از پشتیبانی ها و خدمات می توانند کمک کنند، مانند:

مداخله زودهنگام (نوزادان و کودکان نوپا).

آموزش ویژه.

حمایت خانواده (به عنوان مثال، گروه های حمایتی مراقبت از خانواده ها).

خدمات انتقال از کودکی به بزرگسالی.

برنامه های حرفه ای

برنامه های روزانه برای بزرگسالان

گزینه های مسکن و مسکونی.

مدیریت پرونده.

## شرایط مرتبط و همزمان

برخی از شرایط سلامت روان، رشد عصبی، پزشکی و جسمی اغلب در افراد دارای ناتوانی ذهنی اتفاق می افتد، از جمله اختلال طیف اوتیسم، فلج مغزی، صرع، اختلال نقص توجه-بیش فعالی، اختلال کنترل تکانه، و اختلالات افسردگی و اضطراب. شناسایی و تشخیص شرایط همزمان می تواند چالش برانگیز باشد، به عنوان مثال تشخیص افسردگی در فردی با توانایی کلامی محدود. مراقبان خانواده در شناسایی تغییرات ظریف بسیار مهم هستند. تشخیص و درمان دقیق برای یک زندگی سالم و رضایت بخش برای هر فردی مهم است.

اختلال طیف اوتیسم

اختلال نقص توجه-بیش فعالی



اختلال کنترل تکانه

افسردگی

اختلالات اضطرابی.

## نکاتی برای والدین

کمک بخواهید که در مورد ناتوانی فرزندتان بیاموزید.

با سایر والدین کودکان معلول ارتباط برقرار کنید.

صبور باشید؛ یادگیری ممکن است برای فرزند شما کندتر شود.

استقلال و مسئولیت پذیری را تشویق کنید.

خود را در مورد خدمات آموزشی که فرزندتان شایسته آن است آموزش دهید.

قوانینی را بیاموزید که به فرزندتان کمک می کند بهترین زندگی خود را داشته باشد.

به دنبال فرصت هایی در جامعه خود برای فعالیت های اجتماعی، تفریحی و ورزشی باشید (مانند بهترین دوستان یا المپیک ویژه).



Medical leadership for mind, brain and body.

<https://www.psychiatry.org/patients-families/intellectual-disability/what-is-intellectual-disability>