**Что мы знаем о Расстройствах Аутистического Спектра?**

Расстройства Аутистического Спектра, или Аутистическое Расстройство, или Аутизм, - это комплекс расстройств, состояние психики, отличное от нейротипичного, которому присуща общая замкнутость, дефицит социального взаимодействия и общения и ограничение интересов. Очень часто РАС сочетается с какими-либо неврологическими или психическими отклонениями, которые усугубляют картину расстройства.

Расстройства Аутистического Спектра в мире встречаются в среднем у одного из 30 человек по данным 2020 года. До 2000 годов статистика РАС показывала намного меньший результат – 1 из 2000 человек.

За 20 с небольшим лет в мире появилось больше методов диагностики этого расстройства, которые позволили выделить РАС из похожих синдромов и заболеваний, появились проверяемые методы коррекции. В целом, в мире ситуация стала улучшаться в части РАС.

В России аутизм очень часто путают с детской шизофренией, Задержкой Психического Развития (ЗПР), Синдромом Дефицита Внимания и Гиперактивности (СДВГ) и другими расстройствами. Подавляющее большинство носителей РАС, тем не менее, остаются недиагностированными, особенно с так называемым «Высокоорганизованным» аутизмом, когда расстройство присутствует на крайне легком уровне.

**Как проявляется РАС?**

Стоит еще раз отменить, что РАС - это не конкретный вид расстройства, а целый спектр - в простейшем понимании - от слабо выраженного до четко выраженного. Самый легкий уровень РАС до определенного предела может практически не проявляться. Многие носители в данном случае могут казаться другим чудаками или людьми с дурным характером. Намного сложнее в данном случае поддается диагностике РАС у представительниц прекрасного пола.

У детей обычно наличествуют некоторые из следующих симптомов:

* повторяющиеся рутинные движения
* сенсорные проблемы
* проблемы социализации, замкнутость
* узкие интересы
* эмоциональная неустойчивость
* в отличие от высокоорганизованного аутизма (например, синдрома Аспергера) дети с сильно выраженным РАС не проявляют самостоятельности, тяжело обучаемы, имеют сопутствующие заболевания и отклонения.

У взрослых РАС проявляется сходно с детьми:

* в зависимости от окружающих людей и вовремя проводимой терапии замкнутость, эмоциональная неустойчивость может контролироваться
* в противном случае может нарастать замкнутость, асоциальность и эмоциональная неустойчивость
* проявляется четко выраженная стереотипность мышления
* часто остаются узкие интересы
* многие учатся справляться с сенсорными проблемами путем избегания перегрузок
* при сильно выраженном типе РАС люди остаются несамостоятельными и необучаемыми, страдают от сопутствующих заболеваний и отклонений
* человек с высокоорганизованным РАС часто ищет, что с ним не так, почему он отличается от других, часто не понимает социальных норм, хотя и пробует следовать им, и т.д.

Ввиду отсутствия необходимого количества информации в прошлом, среди нас живет много недиагностированных людей с РАС, которые либо еще ищут, что с ними не так, либо имеют диагнозы, похожие на РАС.

**Как диагностируется РАС?**

Диагностика РАС у детей проводится несколькими специалистами. Обычно индивидуальности в развитии в первую очередь обнаруживают родители в период 1 - 2 лет. Они обращаются либо к педиатру, либо к неврологу. Педиатр должен проверять анамнез ребенка и матери, обращать внимание на течение беременности. Со стороны невролога требуется проведение комплексного обследования, которое может включать УЗИ сосудов головного мозга, МРТ или КТ головы и шейного отдела, ЭЭГ. Детский психолог должен путем наблюдения и общения с родителями и на основе проведенных неврологом и педиатром обследований установить точную картину отклонений и сделать психологическое заключение. Затем работа невролога или детского психиатра - выставить диагноз и назначить коррекцию.

У взрослых к наблюдению родителей и психолога прибавляется прохождение диагностических тестов, которые определяют уровень РАС. Со стороны остальных специалистов - невролога и психиатра - шаги примерно одинаковые.

**Как лечится РАС?**

Расстройства Аутистического Спектра не поддаются лечению как таковому. Существуют проверяемые методы коррекции, которые, во-первых, помогают социализироваться и реабилитироваться, получить образование, справиться с возможными проявлениями расстройства. Это психотерапия с опытным психологом, психотерапевтом или психиатром.

Во-вторых, это контроль возможных сопутствующих заболеваний или отклонений. Достаточно большое количество людей с РАС страдают от эпилепсии, ВСД и других неврологических, психических или соматических заболеваний. И основная задача - это нормализовать или облегчить состояние. Невролог и терапевт здесь играют такую же немаловажную роль, проводят свою диагностику и назначают свою терапию.

Тем не менее, необходимость лечения и коррекции зависят от состояния носителя РАС. Патологией расстройство может считаться тогда, когда пациент не в силах обучаться, имеет низкий уровень интеллекта и не справляется с повседневными задачами по обслуживанию себя. В остальных случаях РАС нельзя считать патологией, а, скорее, только особенностью психики.

**Островки гениальности**

«Синдром саванта», или «островки гениальности», часто встречаются у людей с Расстройствами Аутистического Спектра (РАС). На фоне обычного уровня развития, или некого недоразвития многих других навыков, человек может обладать талантом в определенной сфере, например, в музыке, математике, графике и т.д.

В настоящее время о людях с РАС говорят, что их органы восприятия развиты сильнее, чем у нейротипичных людей. Некоторые психологи даже связывают проблемы социализации и включения в окружающую среду с «обжиганием» реальностью: ребенок с РАС предпочитает одиночество, потому что для его восприятия люди говорят слишком громко. Нелюдимость носителей РАС, замкнутось, бесконтактность может играть здесь немаловажную роль: фокусировка на интересах и проведение времени только за любимым и интересным занятием повышает эффективность выработки навыков.

Признаки РАС были ретроградно найдены у многих ученых и писателей, например, у И. Ньютона, А. Эйнштейна, Г.Х. Андерсена. Не сложно догадаться, что эти известные люди отдавали большую часть своего времени на скрупулезные исследования, монотонную работу, не требующую большого количества контактов с окружающими.

Безусловно, для любого человека важны задатки, воспитание, приобретение навыков. И если Исаак Ньютон не был бы воспитан так, как он был, своими родителями и тем обществом, в котором он жил, то вряд ли открытия были бы им сделаны. Можно предположить, что его островками гениальности были математические расчеты и построение в голове эффективных моделей пространства на фоне общей замкнутости, необщительности.

Напрашивается вопрос: смог бы человек, современник Ньютона, воспитанный в сходной среде, но общительный и открытый, являющийся душой компании и частый посетитель светских мероприятий, сделать такие открытия, как Исаак Ньютон?

В наше время мы тоже можем найти людей с синдромом саванта. Например, Стивен Вилтшер смог нарисовать 5-тиметровую панораму города Нью-Йорка после того, как 20 минут изучал город с высоты птичьего полета. Рисование и картография - это его островки гениальности.

Персонаж сериала "Доктор Хаус" - Грегори Хаус - также наверняка является носителем РАС. А уж герой сериала "Хороший доктор" - официально человек с РАС. Их островок гениальности - это медицинская диагностика. Скорее всего эти люди, если бы они существовали в действительности, смогли бы в своей голове строить эффективные модели человеческого тела и внутренних органов, и прорабатывать возможные нарушения в их работе.

Ставшая известной школьница Грета Тунберг – диагностированный носитель синдрома Аспергера, что также входит в спектр расстройств аутистического спектра. Ее островок гениальности, без преувеличения, - это экология.

Стоит отметить, что не у всех людей с РАС могут быть найдены островки гениальности. Но кто знает, быть может, мы просто их не замечаем?

**«У меня диагностирован РАС. Что дальше»?**

Как я указывал выше, очень часто аутизм остается недиагностированным. Диагностируют и ставят официальный диагноз в России еще в детском возрасте только в тех случаях, когда РАС действительно является патологией. Но ввиду тяжелого течения расстройства, имеющего сопутствующие заболевания, вряд ли человек задаст указанный выше вопрос. За течением его болезни будут наблюдать родные и специалисты-медики.

Если аутизм диагностирован в подростковом или взрослом возрасте, необходимо устанавливать причину, по которой РАС не был диагностирован ранее. Либо, как вариант, причину так называемой аутизации. Очень часто чуткие дети замыкаются в себе из-за травли одноклассников, к примеру. Здесь важен анамнез и проведение целого ряда медицинских диагностических обследований, а не только диагностика с психологической точки зрения. И если наличие высокоорганизованного аутистического расстройства будет подтверждено, то дальше будет следовать коррекция, и, вполне возможно, комплекс проверяемых методов реабилитации, который зависит от состояния и динамики клиента. Именно клиента, а не пациента, так как патология отсутствует.

И, раз уж патологии нет, а есть индивидуальные особенности психики, в первую очередь нужно учиться с ними жить, а еще лучше – сделать их своими дрязьями и заставить работать на себя, принося пользу себе и окружающим!