

מה קורה לילדים עם הפרעה בוויסות חושי ואיך אפשר לעזור להם

ויסות חושי הוא הדרך שבה המוח מארגן את המסרים המגיעים אליו ובורר מתוכם את המידע החשוב. לפעמים יש הפרעה בתהליך, והתוצאה יכולה להיות קשיים בהתמודדות עם הסביבה

שי מרקו | 17.09.2020 17:05 | עודכן ב: 17:10

הורי ילדים רבים בגיל הגן ותחילת בית הספר היסודי מדווחים על הפרעת קשב וריכוז ומבקשים בדיקה. זו אכן בעיה ביכולות הוויסות, אבל ילדים רבים מאלה שמופנים לבדיקה אינם עם הפרעת קשב ממש אלא עם בעיה כללית יותר - הפרעה בוויסות חושי (Sensory Modulation Disorder).

שכיחותה של ההפרעה הזו 10%-15%, בדומה לזו של הפרעות קשב וריכוז, אך היא מוכרת פחות ממנה. חשוב לזכור את זה משום שילדים עם הפרעת ויסות חושי יכולים להציג סימנים ומאפיינים שונים של חרדה, הפרעת קשב, דיכאון, בעיות התנהגות והסתגלות לחוקים, כמו גם יכולות חברתיות לא תקינות והפרעה טורדנית-כפייתית.

מה זה אומר בדיוק?

לכולנו יש את היכולת לקבל מידע מהסביבה, לכן אם אין פגיעה בחושים השונים - שמיעה ראייה, ריח, טעם ומישוש - הרי שאנו קולטים את הפרטים שמגיע ממנה באופן דומה: מרגישים אם חם או קר, אם יש רעש או המוזיקה נעימה, אם הבגדים שאנו לובשים נעימים, ואם האוכל במרקם, בריח ובטעם שמתאימים לנו.

הטיעון הפילוסופי שלפיו המציאות היא פירוש יחידני של כל מוח ושכלל אחד תפיסת מציאות שונה הוא נכון, אבל יש ילדים ומבוגרים שמוחם אינו מסוגל לברור את הגירויים החשובים מתוך כל המסרים שנקלטים על ידי החושים, ולכן הוא מוצף במידע.

אנשים שהתרגום שלהם קיצוני ולא סביר יכולים לסבול מהגירויים שהסביבה מעתירה עליהם, והתוצאה היא הפגנה של חוסר נוחות או התנהגות שלא הולמת את כללי הסביבה שבה הם נמצאים. יש כאלה שמציגים חישה יתרה מהסביבה בעוד שאחרים סובלים מתת חישה והם מחפשים גירוי נוסף.

חישה יתרה: מה קורה כשמרגישים יותר מדי

ילדים עם קושי בוויסות חושי תחושתית (במגע) מפרשים את חיכוך שיוצרים גרביים, גומי של תחתונים ובגדים מסוג בד מסוימים, לרוב ג'ינס, כמגע צמוד מדי, כואב או לא נעים. הם סובלים מדריכה יחפה על עלים, דשא וחול ים ולכן נמנעים מלעשות זאת.

יש ילדים שסובלים מחישה יתרה שמיעתית, ולכן הם נרתעים מקולות רמים ומרעש רב. הם מעדיפים משחק עם מעט ילדים, מתרחקים מהתקהלויות ופעמים רבות מניחים כפות ידיים על אפרכסות האוזניים. הם מתרחקים מילדים אחרים ומעדיפים לשחק לבד, אם כי הם כן יוזמים משחק וכן נענים ליוזמה של אחרים. אחדים מהם יכולים ליצור רעש מיותר רב סביבם, אבל באופן מפתיע זה לא מפריע להם.

הפרעת הוויסות ניכרת גם ברגישות גבוהה מדי למגע, וילדים כאלה מתלוננים על כל נגיעה בהם כאילו הופעלה כלפיהם אלימות. התגובה שלהם לנגיעות וליטופים נחשבת רגשית ורגשנית מדי, ויכולה לגרום בעיה בפירוש סיטואציות חברתיות.

תת-חישה: קושי בקליטה של מסרים חלשים

הורים ומטפלים אחרים של ילדים שסובלים מתת-רגישות או תת-תגובתיות חושית מדווחים עליהם כעל מופרעים, אימפולסיביים או לא קשובים, לא מנומסים ואפילו אלימים. אבל צריך להבין שילדים כאלה זקוקים לגירויים חזקים או למגע חזק. לכן האוכל חייב להיות מתוק מאוד או חריף, הקור בחוץ לא מפריע להם והם מתהלכים בסנדלים ומכנסיים קצרים בחורף, ומעדיפים שינה במזגן כל עונת השנה.

הם יכולים להציג תת-חישה למגע ולכן נוגעים באחרים בחוזקה הגובלת באלימות פיזית, או מרגישים שהם זקוקים לתנועה רבה וכל הזמן זזים ומסתובבים כמו סביבון. החוויה שלהם היא של סביבה שנעה לאט מדי, ישנונית, והתגובה שלהם היא ניסיון להעיר אותה באמצעות מגע חזק או רעש.

ילדים עם בעיה כזו נוגעים בכל דבר, מנסים לבדוק כל מה שנמצא לפנייהם ונעים ברחבי החדר בתזזיתיות קיצונית שיכולה להיות מסוכנת להם ולאחרים. הם מוגדרים בטעות כילדים מופרעים עם בעיות התנהגות, ובמקרים רבים כסובלים מהיפראקטיביות ומבעיות קשב וריכוז, ואפילו ככאלה שמציגים התנהגות מרדנית ומתריסה.

תת-ויסות וחוסר ויסות יכולים להיראות גם כבעיה התנהגותית בגלל קושי בקבלת מרות, גבולות וכללים בבית ומחוצה לו. לא תמיד הילדים מצליחים להביא את עצמם לוותר ולהראות גמישות מחשבתית לפתרון הבעיה אלא זקוקים להנחיה, הדרכה ועידוד. מצבם יכול להגיע לקיצוניות ואז הם עלולים לסכן את עצמם ואנשים אחרים בשל תגובות לא מווסתות.

למה זה קורה?

התשובה לשאלה מה מקורה של הפרעה מורכבת ולא לגמרי ברורה. לבעיה בוויסות החושי יש מרכיב גנטי, וזו הסיבה שהורים עם קשיים בוויסות קשבי, התנהגותי וחושי יכולים לראות את עצמם ברמה כזו או אחרת בילדיהם. זו לא חייבת להיות אותה בעיה בדיוק ואותה עוצמה בתגובה, אבל תמיד ישנו קושי מסוים.

מחקרים אחדים מראים שהפעילות המוחית של ילדים עם הפרעת ויסות חושי שונה בזמן חשיפה לגירויים מזו של ילדים שאין להם בעיה כזו. מחקרים אחרים מראים הבדלים במבנה המוח עצמו וגם שינויים בחומר הלבן, אותם חוטים המקשרים בין אזורי המוח השונים. לא מדובר בפגיעה מוחית אלא

בשונות, קשת רחבה של יכולת חישה לסביבה – בקצוות נמצאים ילדים עם תת-חישה וחישת יתר, ובתווך כל השאר.

בעיה אחת הנובעת מהפרעה כזו היא תגובתה של הסביבה לילדים, בין אם אלה ההורים בבית ובין אם אלה הגננות והמורים בבית הספר. אבל ישנה גם התגובה של הילדים למה שקורה להם ולאופן שבו מגיבים האחרים. התייחסויות אלה יכולות להביא לתחושות של כישלון, פחד, הימנעות וריחוק, וגם ביטחון עצמי ודימוי עצמי נמוכים, חוסר בחוויית הצלחה ונטייה לוותרנות.

אבחון וטיפול

התנהגויות אלה אינן באשמת הילדים או בשליטתם. האבחון והטיפול בהפרעה מתחילים בגיל הגן אצל מומחי ריפוי בעיסוק ונעשים לאחר קבלת דיווחי ההורים והגננות. הטיפול הוא חשיפה הדרגתית של הילד לגירויים שונים – צלילים חזקים וחלשים, ריחות, מוזיקה מרגיעה וצלילים צורמים, מגע במשטחים ובמרקמים שונים, עבודה על שיווי משקל והתמודדות עם הסחות דעת, ולימוד של תגובות נאותות ותפקוד שנתפס כמקובל חברתית.

יש לציין שלחלק לא מבוטל מהילדים עם האבחנה של קושי בוויסות חושי יש גם קשיים אחרים, חלקם נובעים מהפרעת הוויסות ואחרים אינם קשורים אליה כמו לקויות למידה, קשיי קשב ובעיות רגשיות. בעיות אלה מחייבות התייחסות במסגרת הערכה נירולוגית שוטפת של נירולוג ילדים, שתפקידו להיות הגורם המקשר להערכות ולטיפולים השונים.

חשוב להבין שזוהי הפרעה ממשית ושהילדים שסובלים ממנה לא עושים דווקא ואינם נגד איש, הם פשוט בעד עצמם. אין סיבה לכעוס עליהם אלא צריך לעזור להם להתמודד עם הצפת הגירויים ולהדריך אותם כיצד להתנהג כשזה קורה.

ד"ר שי מרקו הוא מומחה בנירולוגיה ילדים והתפתחות הילד, ראש תחום נירולוגיה ילדים והתפתחות הילד מחוז צפון בלאומית שירותי בריאות