CPNI
Cyprus Paediatric Neurology Institute
Παιδονευρολογικό Ινστιτούτο Κύπρου

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΕΣ

Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος

Ο αυτισμός (Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος, ΔΑΦ) είναι μία από τις πιο συχνές νευροαναπτυξιακές διαταραχές στα παιδιά. Επηρεάζει την επικοινωνία του παιδιού και τη σχέση του με τους άλλους, ενώ συχνά συνοδεύεται από επαναλαμβανόμενες συμπεριφορές, έντονα και περιορισμένα ενδιαφέροντα ή ασυνήθιστες αντιδράσεις σε ήχους, υφές και άλλα ερεθίσματα.

Είναι συχνός

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας εκτιμά ότι περίπου 1 στα 127 άτομα βρίσκεται στο φάσμα του αυτισμού. Πρόσφατα στοιχεία από τις ΗΠΑ αναφέρουν περίπου 1 στα 31 παιδιά ηλικίας οκτώ ετών.

Αγόρια και κορίτσια

Ο αυτισμός διαγιγνώσκεται περίπου τρεις φορές συχνότερα στα αγόρια. Στα κορίτσια τα σημάδια μπορεί να είναι λιγότερο εμφανή και περνούν πιο εύκολα απαρατήρητα.

Η έγκαιρη βοήθεια μετρά

Η στήριξη μπορεί να ξεκινήσει μόλις υπάρξουν ανησυχίες. Δεν χρειάζεται να περιμένει την επίσημη διάγνωση.

Τι είναι ο αυτισμός;

Ονομάζεται φάσμα γιατί κάθε παιδί με αυτισμό είναι διαφορετικό. Κάποια παιδιά χρειάζονται πολλή στήριξη στην καθημερινή ζωή και άλλα πολύ λιγότερη. Οι μαθησιακές ικανότητες κυμαίνονται από υψηλή νοημοσύνη έως νοητική αναπηρία.

Παλαιότερα χρησιμοποιούνταν ξεχωριστοί όροι, όπως αυτιστική διαταραχή, σύνδρομο Asperger και PDD-NOS. Σήμερα όλοι περιλαμβάνονται στη Διαταραχή Αυτιστικού Φάσματος.

Τα σημάδια ξεκινούν στην πρώιμη παιδική ηλικία. Ο αυτισμός συνοδεύει το άτομο σε όλη του τη ζωή, αλλά με τη σωστή στήριξη τα παιδιά συνεχίζουν να μαθαίνουν και να αναπτύσσονται.

Τι προκαλεί τον αυτισμό;

- Δεν υπάρχει μία μόνο αιτία· ο αυτισμός είναι πολυπαραγοντικός. Οι γενετικοί παράγοντες παίζουν σημαντικό ρόλο και μερικές φορές υπάρχουν και άλλα μέλη της οικογένειας στο φάσμα. Τα αδέλφια ενός παιδιού με αυτισμό έχουν μεγαλύτερη πιθανότητα να έχουν κι αυτά αυτισμό.
- Ο αυτισμός είναι συχνότερος σε παιδιά με ορισμένα γενετικά σύνδρομα, όπως το σύνδρομο εύθραυστου Χ και η οζώδης σκλήρυνση, σε παιδιά που γεννήθηκαν πρόωρα ή με χαμηλό βάρος και όταν οι γονείς είναι μεγαλύτεροι σε ηλικία.
- Ορισμένα φάρμακα στην εγκυμοσύνη, ιδιαίτερα το βαλπροϊκό, αυξάνουν την πιθανότητα αυτισμού.
- Τα εμβόλια δεν προκαλούν αυτισμό. Αυτό έχει μελετηθεί σε πολύ μεγάλο αριθμό παιδιών, μεταξύ άλλων και για το εμβόλιο MMR (ιλαράς, ερυθράς, παρωτίτιδας).
- Ο αυτισμός δεν οφείλεται στον τρόπο που οι γονείς μεγαλώνουν το παιδί τους.

Σημάδια που μπορεί να προσέξετε

- Στους 9 μήνες δεν ανταποκρίνεται όταν το φωνάζετε με το όνομά του.
- Στους 12 μήνες κάνει λίγες ή καθόλου χειρονομίες, όπως το «γεια» με το χέρι.
- Στους 18 μήνες δεν δείχνει με το δάχτυλο κάτι που του κινεί το ενδιαφέρον.
- Κάνει λίγη βλεμματική επαφή και δεν μοιράζεται τη χαρά ή τα ενδιαφέροντά του μαζί σας.
- Αργεί να μιλήσει ή επαναλαμβάνει λέξεις και φράσεις αντί να χρησιμοποιεί δικές του.
- Δείχνει λίγο ενδιαφέρον για άλλα παιδιά ή θέλει να συμμετέχει αλλά δεν ξέρει πώς.
- Δεν κάνει παιχνίδι φαντασίας, όπως να ταΐζει μια κούκλα.
- Βάζει τα παιχνίδια στη σειρά ή επαναλαμβάνει κινήσεις όπως τίναγμα των χεριών (σαν φτερούγισμα), λίκνισμα ή στριφογύρισμα.
- Αναστατώνεται πολύ με μικρές αλλαγές στη ρουτίνα.
- Αντιδρά ασυνήθιστα σε ήχους, υφές, γεύσεις, μυρωδιές ή φώτα.

Πολλά παιδιά έχουν ένα ή δύο από αυτά και δεν έχουν αυτισμό. Αυτό που μετρά είναι η συνολική εικόνα.

Απευθυνθείτε χωρίς καθυστέρηση στον γιατρό αν

- το παιδί δεν βαβίζει (π.χ. «μπα-μπα») ή δεν κάνει χειρονομίες στους 12 μήνες, δεν λέει καμία λέξη στους 16 μήνες ή φράσεις δύο λέξεων στους 24 μήνες
- το παιδί χάνει λέξεις ή κοινωνικές δεξιότητες που είχε, σε οποιαδήποτε ηλικία
- το παιδί έχει επεισόδια απλανούς βλέμματος, δυσκαμψίας ή σπασμωδικών κινήσεων που θα μπορούσαν να είναι κρίσεις

Πώς γίνεται η διάγνωση;

Δεν υπάρχει συγκεκριμένη αιματολογική ή απεικονιστική εξέταση που να θέτει τη διάγνωση του αυτισμού. Η διάγνωση είναι κλινική. Βασίζεται στο αναπτυξιακό ιστορικό του παιδιού και στην παρατήρηση του τρόπου με τον οποίο επικοινωνεί, παίζει και συμπεριφέρεται, με βάση διεθνή κριτήρια (DSM-5-TR, ICD-11).

Τα σημάδια συχνά αναγνωρίζονται από τους 18 μήνες και από την ηλικία των 2 ετών η διάγνωση από έμπειρο επαγγελματία είναι αξιόπιστη. Πολλά παιδιά εξακολουθούν να διαγιγνώσκονται πολύ αργότερα.

Στην αξιολόγηση συνήθως συμμετέχουν διάφοροι επαγγελματίες: παιδονευρολόγος ή αναπτυξιολόγος παιδίατρος, παιδοψυχίατρος ή ψυχολόγος, λογοθεραπευτής και εργοθεραπευτής. Ελέγχονται επίσης η ακοή και η όραση. Κάποια παιδιά που διαγιγνώσκονται πολύ μικρά προοδεύουν τόσο, ώστε αργότερα δεν πληρούν πια τα κριτήρια.

Ποιες εξετάσεις μπορεί να χρειαστούν;

- Στα παιδιά με αυτισμό προτείνονται γενετικές εξετάσεις: συνήθως μοριακός καρυότυπος (microarray) και έλεγχος για εύθραυστο Χ, και μερικές φορές αλληλούχιση εξωμίου (exome sequencing). Βρίσκουν αιτία σε ορισμένα παιδιά και βοηθούν στη συμβουλευτική της οικογένειας.
- Το ηλεκτροεγκεφαλογράφημα (ΗΕΓ) είναι συχνά μέρος της αξιολόγησης και είναι ιδιαίτερα σημαντικό όταν υπάρχει υποψία κρίσεων ή όταν το παιδί έχει χάσει δεξιότητες, όπως λέξεις ή κοινωνικές δεξιότητες.
- Η μαγνητική τομογραφία εγκεφάλου και οι μεταβολικές εξετάσεις αίματος και ούρων οργανώνονται όταν το ιστορικό ή η εξέταση δείχνουν ότι μπορεί να βοηθήσουν.
- Σε ορισμένα παιδιά, ειδικές εξετάσεις μπορούν να εντοπίσουν μια αιτία που αντιμετωπίζεται. Ένα παράδειγμα είναι ο έλεγχος αυτοαντισωμάτων έναντι του υποδοχέα του φυλλικού οξέος (FRAT) για την εγκεφαλική ανεπάρκεια φυλλικού οξέος, η οποία μπορεί να ανταποκριθεί σε θεραπεία με φολινικό οξύ. Θα συζητήσουμε μαζί σας ποιες εξετάσεις είναι χρήσιμες για το παιδί σας.

Τι βοηθά;

Κανένα φάρμακο δεν θεραπεύει τον αυτισμό. Η σωστή στήριξη βελτιώνει την επικοινωνία, τη μάθηση και την καθημερινή ζωή και αποδίδει καλύτερα όταν ξεκινά νωρίς.

- Θεραπείες: λογοθεραπεία, εργοθεραπεία και αναπτυξιακά και συμπεριφορικά προγράμματα που βασίζονται στο παιχνίδι και στην καθημερινή ρουτίνα.
- Εκπαίδευση γονέων: μαθαίνετε τρόπους να ενισχύετε την επικοινωνία και να διαχειρίζεστε τη δύσκολη συμπεριφορά στο σπίτι.
- Στήριξη στον παιδικό σταθμό και στο σχολείο, με εξατομικευμένο εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Ορισμένα παιδιά μπορεί να χρειαστούν και συνοδό στην τάξη, ιδιαίτερα όταν υπάρχουν και άλλες δυσκολίες, όπως μαθησιακές δυσκολίες.
- Τα φάρμακα μπορούν να βοηθήσουν σε σχετικά προβλήματα, όπως διαταραχές ύπνου, υπερκινητικότητα, άγχος, έντονη ευερεθιστότητα ή επιληψία.

Ορισμένες δίαιτες, βιταμίνες και συμπληρώματα μπορεί να βοηθήσουν σε συγκεκριμένες περιπτώσεις, αλλά κανένα δεν θεραπεύει τον αυτισμό. Μιλήστε μαζί μας πριν ξεκινήσετε οποιαδήποτε νέα θεραπεία, ιδιαίτερα αν υπόσχεται ίαση.

Διαταραχές και δυσκολίες που συχνά συνυπάρχουν με τον αυτισμό

Η επιληψία, η ΔΕΠΥ, τα προβλήματα ύπνου, το άγχος, οι δυσκολίες στη σίτιση, τα προβλήματα από το γαστρεντερικό σύστημα και οι μαθησιακές δυσκολίες είναι όλα συχνότερα στα παιδιά με αυτισμό. Ενημερώστε μας, γιατί μπορούν να αντιμετωπιστούν.

Τι μπορείτε να κάνετε στο σπίτι

- ✓ Ακολουθήστε τα ενδιαφέροντα του παιδιού και παίξτε μαζί του.
- ✓ Παίζετε πρόσωπο με πρόσωπο και μοιράζεστε την προσοχή σας: παίζετε με τη σειρά, δείχνετε ο ένας στον άλλον πράγματα, κοιτάζετε μαζί βιβλία με εικόνες και τραγουδάτε τραγούδια με κινήσεις. Αυτές οι κοινές στιγμές χτίζουν την επικοινωνία.
- ✓ Περιορίστε όσο γίνεται τον χρόνο μπροστά σε οθόνες, ιδιαίτερα στα μικρότερα παιδιά, και κλείνετε την τηλεόραση όταν απλώς παίζει στο βάθος. Το πραγματικό παιχνίδι και η κουβέντα μαζί σας βοηθούν την επικοινωνία του παιδιού πολύ περισσότερο από τις οθόνες.
- ✓ Χρησιμοποιήστε σύντομες, σαφείς προτάσεις και δώστε στο παιδί χρόνο να απαντήσει.
- ✓ Κρατήστε ένα προβλέψιμο πρόγραμμα και προετοιμάστε το παιδί για τις αλλαγές με εικόνες.
- ✓ Φροντίστε και τον εαυτό σας και δεχτείτε βοήθεια.

Στήριξη στην Κύπρο

- ✓ Σύνδεσμος για Άτομα με Αυτισμό Κύπρου: ενημέρωση και στήριξη για οικογένειες (www.autismsociety.org.cy).
- ✓ ΑΚΤΙδΑ, Κέντρο Οικογενειακής Παρέμβασης και Στήριξης για τον Αυτισμό, Λευκωσία: καθοδήγηση, εκπαίδευση και στήριξη για οικογένειες μικρών παιδιών που μόλις διαγνώστηκαν με αυτισμό (aktidacy.org).
- ✓ Στήριξη στο σχολείο: οι γονείς μπορούν να υποβάλουν αίτηση στην Επαρχιακή Επιτροπή Ειδικής Αγωγής και Εκπαίδευσης του Υπουργείου Παιδείας για αξιολόγηση των αναγκών του παιδιού τους.

Πηγές: Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (2025), CDC ΗΠΑ (2025), Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής (2020).

Επικοινωνία με το CPNI

Ανησυχείτε για την ανάπτυξη του παιδιού σας; Καλέστε το ιατρείο μας στο +357 22 476 627 για αξιολόγηση ή στείλτε email στο cpni2007@gmail.com. Εξετάζουμε παιδιά μέσω ΓεΣΥ, και ιδιωτικά όσα δεν είναι δικαιούχοι ΓεΣΥ, στη Λευκωσία και στη Λεμεσό.

Περισσότερα φυλλάδια και πληροφορίες: www.cpni.com.cy

Το φυλλάδιο αυτό δίνει γενικές πληροφορίες και δεν αντικαθιστά τις συμβουλές του γιατρού του παιδιού σας.

Αναθεώρηση: Δρ Πάολα Νικολαΐδου, Σύμβουλος Παιδονευρολόγος, Νοέμβριος 2026.

© Παιδονευρολογικό Ινστιτούτο Κύπρου
+357 22 476 627 · cpni2007@gmail.com · www.cpni.com.cy