

لصعوبة اكتشاف التوحد لدى النساء والفتيات نحتاج اختبارات تشخيصية أفضل مما هو موجود



لأن معايير تشخيص التوحد قد طُورت على الفتيان والرجال ذوي البشرة البيضاء، فقد فشلت في خدمة الكثير من الفتيات والنساء المختلفات عصبياً (1).

عندما أخبرت الناس أول مرة أنني مشخصة بطيف التوحد، قالوا لي أنني لا أبدو متوحدة. المشكلة هي أن الناس، وخاصة الأطباء (2)، لا يعرفون ماذا يبحثون عنه عندما يتعلق الأمر بالتعرف على أعراض التوحد وتشخيصه لدى النساء والفتيات.

أنا برفسورة وكاتبة سيناريو ومنتجة وأم وامرأة مشخصة بالتوحد. التحديات والصعوبات التي واجهتها حتى تم تشخيصي بالتوحد دعنتني إلى الاعتقاد بأنه يتعين علينا تطوير اختبار معياري أكثر دقة للتوحد (3) ومعايير تشخيص أفضل للنساء والفتيات على وجه التحديد. يحتاج هذا الاختبار وهذه المعايير التشخيصية إلى المشاركة في تصميمها من قبل نساء مشخصات بالتوحد وعلماء نفس يميزون أعراض التوحد لدى النساء والفتيات عما لدى الرجال والفتيان.

التقييم الحالي هو مثال رئيس على التحيز الجندري في الطب ومثال على مدى ما يعجز به التشخيص من التحيز الجندري والعرقى(3) [أي مختصة أكثر بتشخيص التوحد لدى الذكور من ذوي البشرة البيضاء]. أحدث معايير التشخيص لطيف التوحد منصوص عليها في الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية / العقلية (DSM-5) لعام 2013. يحتوي هذا الإصدار على متطلبات صارمة جداً لتشخيص التوحد، مثل ظهور أعراض(4) صعوبة التواصل غير اللفظي(5)، وظهور مشكلات اجتماعية(6)، وتكرار الكلام / ألفاظ صدى (وربما جلجلة)(7)، وصعوبة في الحفاظ على علاقات مع آخرين.

هذه المتطلبات التشخيصية عفا عليها الزمن ومختصة أكثر بتشخيص التوحد لدى الذكور ذوي البشرة البيضاء، وحتى وقت قريب، طُورت معظم الاختبارات السيكولوجية لتشخيص التوحد باستخدام ممارسات وأعراض تظهر على الذكور البيض من نفس الجنس. لا يميز الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية بين الأنواع الفرعية للتوحد، بما فيها متلازمة أسبرغر(8). هذا يعني أنه عندما تزور النساء والفتيات عيادات أطبائهن ولديهن أعراض تدفعهن إلى الظن بأن لديهن توحد، لا يستوفين معايير التشخيص بالتوحد، مما يؤدي إمّا إلى عدم تشخيصهن بالتوحد أو إلى تشخيص غير صحيح.

يعد تطوير اختبار تشخيصي أكثر دقة مسألة تتعلق بالسلامة أيضاً، فضلاً عن تعلقه بجودة الحياة للعديد من النساء اللواتي يعانين بصمت في محاولة منهن لمعرفة لماذا هن مختلفات عصبيّاً(1) [عن الذكور] ، بما فيهن أنا.

ترعرعتُ في التسعينيات من القرن الماضي، وكنت مختلفةً عن الفتيات الأخريات، لكنني بالتأكيد لم أظن مطلقاً في أن لدي توحد. بالتأكيد، لقد تنقلت بين أفكار متعددة: لقد انجذبت نحو الفلسفة والكتب التي تحلل معنى الحياة. كنت حرفية جداً [أي أفهم الأشياء - الكلمات - بالمعنى الحرفي لها]، وكنت مفتونةً بالرياضيات والأرقام، كما هو شائع لدى المشخصين بالتوحد.

لكن، بشكل استثنائي، لم أحب أن يلمسني أحد، كنت أضحك في أوقات غير مناسبة، وأتناول نفس الطعام يوميّاً، وكثيراً ما كنت مفرطة الحساسية للروائح وللقوام (لملمس) وللأصوات. لقد بدأنا في اكتشاف أن هذه السمات من الممكن أن تحدث لدى النساء والفتيات المشخصات بالتوحد(9).



العب ، كرر: قد يخفي

اللعب الذي يتضمن ألعابًا اعتيادية للفتيات ، مثل الدمى ، سلوكيات تكرارية لدى الفتيات المشخصات بالتوحد.

كنتُ مختلفةً عصبياً (1) [عما هو طبيعي] بلا شك، ولكن نظرًا لأن أعراضني كانت أكثر لطافة (لا يمكن ملاحظتها) بالمقارنة مع ما نعتبره عادةً في أعراض شخص لديه توحد، ولأنني اعتدت على إخفاء هذه التصرفات الغريبة (10) (فالفتيات المشخصات بالتوحد واضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة بارعات في هذه القدرة على الإخفاء)، ولذلك لم يظن أحد أن لدي طيف توحد.

لم يكن حتى عام 2020 ، عندما كنت في الثلاثينيات من عمري أشتغل على دراسة التوحد لدى ابني، بدأت أشك في أنني مصابة به أيضًا. وحينها بدأت مشكلاتي. أخذ مني الأمر سنة كاملة قبل أن أعثر على أخصائي نفسي يجري فحوصًا على راشدين [الراشد من بلغ عشرين سنة وأكبر]، ولديه معرفة بالنساء اللاتي لديهن توحد.

معظم العيادات التي اتصلت بها لا تفقه شيئًا حين يتعلق الأمر بتشخيص النساء الراشدات بالتوحد. لم

يكن لدى هؤلاء الأخصائيين النفسيين سوى قليل من الخبرة في تشخيص الفتيات أيضًا. بعد سنة كاملة من البحث عن أخصائي نفسي، وجدت أخيرًا أخصائيًا شخصني بالتوحد عام 2021. قيل لي أن لدي متلازمة أسبرغر، ولكن المصطلح أُزيل من التعريف العام "لاضطراب طيف التوحد في الإصدار الخامس للدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية DSM 5".

نظرًا لمعايير التشخيص الضيقة والمتعلقة بالجنس الذكوري فقط، كثيرًا ما يخبرنا الأطباء بأننا نحن النساء نعاني من اضطراب المزعج السابق للدورة الشهرية (11) أو القلق، كما قيل لي، أو شُخصنا ببعض الاضطرابات الأخرى غير الدقيقة بشكل سافر وغير مقبول. على مر التاريخ، صنفنا النساء بشكل خاطئ على أنهن مصابات بالهستيريا (12)، على الرغم من أنني أعتقد أن الكثيرات منهن على الأرجح لديهن مجرد اضطراب عصبي (توحد) (13) ويحاولن الاندماج في عالم الطبيعيين / الطبيعيات ممن ليس لديهم توحد.

بسبب هذه التشخيصات الخاطئة وعدم وجود اختبارات لتشخيص النساء بالتوحد (14)، في الماضي تم تجاهلنا أو جرى تشخيصنا بشكل خاطئ أو لم نُشخص بشكل كامل. ينتهي الأمر بالكثيرات منا بالتشخيص الذاتي في مرحلة الشيخوخة (60+ سنة)، بعد سنوات من الشك في سبب شعورنا بأننا غريبات في هذا العالم وحتى عند أنفسنا.

القلق والاكتئاب شائعان جدًا عند النساء المصابات بالاختلاف العصبي (1)، خاصةً اللواتي لم يتم تشخيصهن بالتوحد بعد. احتمالية محاولة الانتحار لدى النساء اللاتي لديهن توحد تبلغ ثلاث إلى أربع مرات أكثر من النساء الطبيعيات (15). الأمراض المصاحبة شائعة جدًا لدى النساء المصابات بالتوحد ويمكن أن تزيد من احتمال محاولة الانتحار بشكل كبير. تشير الأبحاث إلى أن احتمال اقدام النساء المصابات بالتوحد المصاحب لاضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة على الانتحار حتى أعلى بكثير من غيرهن (16).

قد تبدو الواحدة منا مثل "أي سيدة أخرى"، لكن عالمنا الداخلي يحكي قصة أخرى مختلفة تمامًا: تغيير مستمر في النوايا، أو صوت عالي النبرة، أو رائحة عطر نفاذة، أو ملمس طائش على القميص، وفجأة تحاول جاهدة تجنب أي فورة غضب.

هذه الحالة حالة مرهقة لو لم تكن لدى المصابة قدرة على فهم لماذا تشعر بهذا الشعور، وقد تكون مثيرة للغضب. معرفة المرأة (أو الفتاة) أن لديها توحد (المصاحبة باضطرابات عصبية أخرى - كنقص الانتباه وفرط الحركة) وأنها عرضة للقلق والاكتئاب والإرهاق يمكن أن تساعدنا في الحصول على العلاج

والدعم اللذين قد تحتاجهما.

لكن وجود معايير تشخيص جيدة ليست سوى البداية. فنحن نحتاج أيضًا إلى مزيد من البرامج ، مثل العلاج الجماعي(17) ومجموعات الدعم(18) للنساء المشخصات بالتوحد في مرحلة الرشد. تدريب المعلمين والأطباء والأخصائيين النفسيين على ما يجب البحث عنه فيما يخص التوحد لدى الفتيات والنساء وكيف يستوعبننا ويتحملوننا يجب أن يصبح معيار التشخيص الجديد أيضًا.

يعد فهم التوحد عند الفتيات أيضًا مسألة تتعلق بالسلامة ، حيث إن هؤلاء الفتيات أكثر عرضة للإعتداء الجنسي بثلاث مرات(19). يبدو أننا نثق بغيرنا وساذجات كثيرًا ، لأننا غالبًا ما نتعامل مع الأمور بشكل مباشر وصريح جدًا ونتوقع أن يكون الآخرون مثلنا. قد يصعب علينا التعرف على النوايا السيئة والمآرب الأخرى لدى الآخرين. مما قد يجعلنا أكثر ضعفًا وعرضة للمعاملة السيئة، والتعسف.

يستحق كل شخص منا فرصة للنجاح والارتقاء إلى حدود إمكانياته، بما في ذلك النساء المشخصات بالتوحد. نظرًا لأن المزيد من الفتيات والنساء يدركن أنهن مختلفات عصبيًا ، فإن إجراء اختبار دقيق واستيعاب يعني أن لدينا فرصة أفضل لبذل قصارى جهدنا.