

<世界自閉症關懷日>

攜手關懷自閉症，為愛撐起一把傘

自閉症類群障礙（Autism Spectrum Disorder, ASD）是一種神經發展疾患，通常在幼兒時期（約 2 至 3 歲）即能觀察到其症狀。自閉症兒童可能表現出社交溝通困難、重複性行為、對特定事物或模式高度依賴，甚至對外界刺激過度敏感或遲鈍。這些特徵不僅影響孩子的學習與生活，也為家屬帶來沉重的照顧壓力。許多家長在面對孩子的行為時感到無助，例如無法理解孩子的需求、溝通困難，或是無法預測突發情緒反應。此外，社會對自閉症的認識有限，讓家長在求助與日常生活中遭遇更多挑戰。因此，如何透過醫療資源與心理支持來減輕家庭壓力，成為社會應共同努力的目標。

小涵（化名）是一名五歲的自閉症兒童，父母起初發現她對外界反應冷淡，不喜歡與人對視，也難以用語言表達需求。進入幼兒園後，她的行為問題更為明顯，經常重複擺弄同樣的玩具，對於突如其來的環境變化會有強烈情緒反應，甚至有時大哭不止。這讓家長倍感壓力，甚至一度陷入焦慮與自責，懷疑自己是否勝任父母的角色。然而，在醫療機構的引導下，小涵的父母接受了專業醫療評估，透過兒童發展門診、早療計畫及心理諮商的支持，他們逐漸學習如何以適當的方式與小涵互動，並在專家的指導下建立更有效的家庭溝通模式。如今，小涵已能透過簡單的手勢與圖片來表達需求，情緒管理也有明顯改善，家長的壓力隨之減輕，對未來充滿更多信心。

南投縣政府衛生局長陳南松表示，自閉症並非後天疾病，而是一種特殊的神經發展狀態。每位自閉症兒童都是獨一無二的，需要不同的支持方式。因此，社會應以更開放與包容的心態接納自閉症者，避免刻板印象或標籤化。他強調，早期發現與介入對自閉症兒童的發展至關重要，特別是在 6 歲以前的大腦可塑性較高的黃金期，透過合適的療育與支持，能顯著提升其適應環境的能力與生活品質。家長在孩子 2 至 3 歲時若發現有社交困難、反應遲鈍或重複性行為等特徵，應及早尋求專業協助，避免延誤寶貴的介入機會。同時，他也提醒家長在照顧過程中難免面臨壓力與自責感，適時尋求心理支持或加入相關團體，如中華民國自閉症總會，能幫助釋放壓力、獲得支持，讓家庭在陪伴孩子的路上更有力量、更有信心。

為了讓更多家庭能夠獲得適當的資源，南投縣政府衛生局積極推動多元服務，包括巡迴醫療服務、兒童發展評估、早期療育計畫，以及心理諮商與家庭支持團體等，期望透過整合性的資源協助，提升家庭應對壓力的能力。為增加民眾對醫療與心理支持服務的可近性，本縣於南投市、埔里鎮、竹山鎮、水里鄉、信義鄉等地設立精神醫療巡迴門診。此外，轄內 13 鄉鎮市衛生所及 2 處社區心

理衛生中心亦提供免費心理諮商服務，幫助家屬應對照顧壓力，提供心理支持與調適建議。此服務承諾嚴格遵守保密原則，諮商過程皆受到法律與專業倫理的保護，除非涉及重大危害自身或他人安全，否則不會對外透露任何個人資訊，確保民眾可放心表達內心想法。透過這些資源，希望能夠讓自閉症者與家屬獲得更完善的支持，進而建立一個更友善與包容的社會。如有任何疑問，可洽詢南投縣社區心理衛生中心：南投區 049-2202662、竹山區 049-2631925。