

Bölüm 25

ZİHİNSEL YETERSİZLİKTE BESLENME

Esen YILDIRIM DEMİRDÖĞEN¹

ZİHİNSEL YETERSİZLİK TANIMI

Zihinsel yetersizlik, bireyin genel bilişsel işlevselliğinin ortalamasının altında olmasıyla birlikte, iletişim, kendine bakım, ev yaşamı, kişiler arası beceriler, kendini yönetme, boş zamanlarını değerlendirebilme, eğitim-öğretim, sağlık ve güvenlik gibi alanların en az ikisinde yetersizlik ve bozukluk olması olarak tanımlanır (1).

ZİHİNSEL YETERSİZLİK SIKLIĞI

Zihinsel yetersizliğin(ZY) herhangi bir zaman diliminde toplumdaki görülme olasılığının %1 ile 3 arasında olduğu bilinmektedir (2). En yüksek sıklık okul çağlarında olup, 10-14 yaşları arasında pik yapmaktadır. ZY, hem çocuk hem de erişkin yaş grubunda erkeklerde daha sık görülmektedir. Çocukluk çağında kız/erkek oranı 0.4-1/1 civarında değişmektedir (3).

ZİHİNSEL YETERSİZLİK NEDENLERİ

ZY nedenleri oldukça heterojendir. Olguların %40'ı gibi büyük bir kısmında ZY nedeni belirlenmemektedir. ZY ne kadar şiddetli ise neden de o kadar açık olma eğilimindedir. ZY'ye yol açan etkenler doğum öncesi, doğum sırası ve doğum sonrasındaki nedenler olarak kategorize edilebilir.

Doğum öncesi nedenler: Down sendromu, Frajil X sendromu, Prader Willi sendromu, galaktozemi, fenilketonüri, mukopolisakkaridoz, Tay-Sachs hastalığı gibi genetik hastalıklar, gebelikte geçirilen kızamıkçık, sitomegalovirüs, toksoplazmozis gibi enfeksiyonlar, gebelikte beslenme yetersizliği, gebelikte alkol alımı, gebelikte annenin radyasyon maruziyeti gibi sebeplerdir.

¹ Uzman Doktor Esen Yıldırım Demirdöğen, Erzurum Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Çocuk Psikiyatri Kliniği, esenyildirim08@hotmail.com

delesini azaltabilir. Ayrıca küçük porsiyonlar sayesinde başarılı bir yemek duygusu sağlanabilir.

Yemek seçme ve masadaki olumsuz davranışlara görmezden gelmeye çalışın

Eleştirmek, bağırarak yemek yeme zorluklarını alevlendirebilir ve güç mücadelelerini arttırabilir. Çocuklar, yiyecekleri denemeyi reddetmenin veya yiyeceklerle uğraşmanın dikkat çekmek için güçlü bir yol olduğunu öğrenirler. Bu yüzden çocuğunuzun rahatsız edici yeme davranışlarını görmezden gelin.

İyi davranışları için onları övün

Çocuğunuz masada zorluk çıkaran davranışlar gösteriyor olsa bile, uygun davranışlarını yakalayıp övmek için fırsatlar bulun. Olumlu yemek zamanı davranışlarını listeleyen bir ödül tablosu gibi somut bir ödül sistemi de yapabilirsiniz.

Yemek çeşitliliğini yavaş yavaş arttırın.

Öğünlerine çok az miktarda yeni yiyecek ekleyin. Çocuğunuzu yeni yiyeceği denediği için çok küçük bir parça alsın veya sadece dili ile tatsın dahi ödüllendirin (29).

SONUÇ VE ÖNERİLER

ZY'li bireylerde, beslenme problemleri birçok nedenden dolayı sağlıklı topluma göre sık görülmektedir. Bu yüzden ZY'li bireylerdeki bu problemlerin tespiti ve sorunlara yönelik yapılacak müdahaleler ciddi önem arz etmektedir. Bu olgularda görülen beslenme sorunlarının değerlendirilmesi ve takibi aile hekimleri, çocuk hekimleri, çocuk ve ergen ruh sağlığı ve hastalıkları hekimleri, beslenme ve diyetetik alanında çalışanlardan oluşan disiplinler arası bir ekip çalışması gerektirmektedir. Ayrıca bakım verenlere yönelik bilgilendirme çalışmaları bu konudaki farkındalığı artırarak erken tespit ve müdahale için olanak sağlayacaktır. Beslenme sorunları için yapılan müdahaleler, tedavi sonuçlarını iyileştirmede, beslenme sorunlarına ikincil gelecek bozuklukları önlemede kritik öneme sahiptir.

KAYNAKÇA

1. Association, A.P., Diagnostic and statistical manual of mental disorders. BMC Med, 2013. 17: p. 133-137.
2. Maulik, P.K., Mascarenhas, M.N., Mathers C.D., et al., Prevalence of intellectual disability: a meta-analysis of population-based studies. Research in developmental disabilities, 2011. 32(2): p. 419-436.
3. Usta G. "Zeka Geriliği" (2012). Tümer Türkbay(Ed.) "Kaplan & Sadock Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Kısaltılmış Temel Kitabı" içinde s:13-32 Ankara: Güneş Tıp Kitabevleri.
4. Ke X ve Liu J "Intellectual Disability" (2012). (ed. Rey JM). IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health
5. Durukan İ. "Zeka Geriliği (Zihinsel Engellilik)" (2016). Eyüp Sabri Ercan (Ed.) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları, 1. baskı içinde s:114-125 Ankara: Hekimler Yayın Birliği

6. Ayık B., Mukaddes NM., “Zihinsel Yetersizlik”(2018). Nahit Motavalli Mukaddes, Eyüp Sabri Ercan (Ed.)Nörogelişimsel Bozukluklar içinde s:1-34 İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri
7. Van Schrojenstein Lantman-de Valk, H., Linehan, C., Kerr, M., et al., Developing health indicators for people with intellectual disabilities. The method of the Pomona project. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2007. 51(6): p. 427-434.
8. Van Schrojenstein Lantman-de, H.M. and P.N. Walsh, Managing health problems in people with intellectual disabilities. *Bmj*, 2008. 337: p. a2507.
9. Duby, J.C., Role of the medical home in family-centered early intervention services. *Pediatrics*, 2007. 120(5): p. 1153-1158.
10. Cushing, P.,Spear, D., Novak, P., et al., Academy of Nutrition and Dietetics: Standards of practice and standards of professional performance for registered dietitians (competent, proficient, and expert) in intellectual and developmental disabilities. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 2012. 112(9): p. 1454-1464. e35.
11. Ptomey, L.T. and W. Wittenbrook, Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: nutrition services for individuals with intellectual and developmental disabilities and special health care needs. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 2015. 115(4): p. 593-608.
12. Rimmer, J., Yamaki, K., Davis Lowry, B.M., et al., Obesity and obesity-related secondary conditions in adolescents with intellectual/developmental disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2010. 54(9): p. 787-794.
13. Hinckson, E.A., Dickinson, A., Water, T., et al., Physical activity, dietary habits and overall health in overweight and obese children and youth with intellectual disability or autism. *Research in developmental disabilities*, 2013. 34(4): p. 1170-1178.
14. Maiano, C., Prevalence and risk factors of overweight and obesity among children and adolescents with intellectual disabilities. *Obesity Reviews*, 2011. 12(3): p. 189-197.
15. De, S., Small,J. and Baur, L.A. Overweight and obesity among children with developmental disabilities. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 2008. 33(1): p. 43-47.
16. Hsieh, K., Rimmer, J. and Heller, T. Obesity and associated factors in adults with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2014. 58(9): p. 851-863.
17. Slevin, E., Truesdale-Kennedy, M., McConkey R., et al., Obesity and overweight in intellectual and non-intellectually disabled children. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2014. 58(3): p. 211-220.
18. Heath, G.W. and P.H. Fentem, Physical activity among persons with disabilities--a public health perspective. *Exercise and sport sciences reviews*, 1997. 25: p. 195-234.
19. Rimmer, J.H., D. Braddock, and K.H. Pitetti, Research on physical activity and disability: an emerging national priority. *Medicine and science in sports and exercise*, 1996. 28(11): p. 1366-1372.
20. Rimmer, J.H., Riley, B., Wang, E., et al., Physical activity participation among persons with disabilities: barriers and facilitators. *American journal of preventive medicine*, 2004. 26(5): p. 419-425.
21. Giammattei, J., Blix, G., Marshak, HH., et al., Television watching and soft drink consumption: associations with obesity in 11-to 13-year-old schoolchildren. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 2003. 157(9): p. 882-886.
22. Marge, T., Toward a state of well being: Promoting healthy behaviors to prevent secondary conditions. *Preventing secondary conditions associated with spina bifida and cerebral palsy*, 1994: p. 87-94.
23. Rimmer, J.H., The conspicuous absence of people with disabilities in public fitness and recreation facilities: lack of interest or lack of access? *American Journal of Health Promotion*, 2005. 19(5): p. 327-329.
24. Luke, A., Sutton, M., Schoeller, D.A., et al., Nutrient intake and obesity in prepubescent children with Down syndrome. *Journal of the American Dietetic Association*, 1996. 96(12): p. 1262-1267.

25. Association, J.o.T.A.D., Providing nutrition services for infants, children, and adults with developmental disabilities and special health care needs. *Journal of the American Dietetic Association*, 2004. 1(104): p. 97-107.
26. Simpson, C.G., P.R. Swicegood, and M.D. Gaus, Nutrition and fitness curriculum: Designing instructional interventions for children with developmental disabilities. *Teaching Exceptional Children*, 2006. 38(6): p. 50-53.
27. Fujiura, G.T. and K. Yamaki, Trends in demography of childhood poverty and disability. *Exceptional children*, 2000. 66(2): p. 187-199.
28. Robertson, J., Emerson, E., Gregory, N., et al., Receipt of psychotropic medication by people with intellectual disability in residential settings. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2000. 44(6): p. 666-676.
29. Eating-difficulties-in-children-with-disabilities.pdf. (2015) <http://www.wlmht.nhs.uk/wp-content/uploads/>
30. Groce, N., Challenger, E., Berman-Bieler, R., et al., Malnutrition and disability: unexplored opportunities for collaboration. *Paediatrics and international child health*, 2014. 34(4): p. 308-314.
31. Yousafzai, A.K., Pagedar, S., Wirz, S., et al., Beliefs about feeding practices and nutrition for children with disabilities among families in Dharavi, Mumbai. *International journal of rehabilitation research*, 2003. 26(1): p. 33-41.
32. Kuper, H., Nyapera, V., Evans, J., et al., Malnutrition and childhood disability in Turkana, Kenya: Results from a case-control study. *PloS one*, 2015. 10(12): p. e0144926.
33. Nogay, N.H., Nutritional status in mentally disabled children and adolescents: A study from Western Turkey. *Pakistan journal of medical sciences*, 2013. 29(2): p. 614.
34. Klein, M.D., T.A. Delaney, and R. Medvescek, Feeding and nutrition for the child with special needs. 1994: Therapy Skill Builders.
35. Glass, R.P. and M. Lynn Wolf, Oral-Motor Feeding problems. *Nutrition Interventions for Children with Special Health Care Needs*: p. 93.
36. ET69, I.N., Handbook for Children with Special Food and Nutrition Needs. 2006.
37. Gravestock, S., Eating disorders in adults with intellectual disability. *Journal of Intellectual Disability Research*, 2000. 44(6): p. 625-637.