



我想我的醫生知道我身為一名自閉症患者 (Aspie) 的什麼問題

鑿瘡警報



- 我有病。請不要閒聊。
- 面對著我。直接和我講。
- 用清楚直接的方式講。我是直截的人。
- 我可以在一個靜的，較暗的房間裡面嗎？
- 直接告訴我。省去花言巧語。
- 你的得意洋洋並無幫助。
- 我是獨特的。不是一名孩子。

常見挑戰包括：

- 從來往，光線，聲音，不熟悉的人感到過份刺激，感覺差勁。
- 識別和報告徵狀的感覺問題。
- 和健康護理服務者溝通困難。

不要閒聊

交談需要很多集注意力——像用非母語講話一樣。它們無法使我自如。省下了解過去歷史和談判一個計劃的話。將分開注意力的話減到最少。不在訪問我時請靜靜的工作。不要講笑或用諷刺，除非你清楚指明。

直接和我講

如我看到你的唇會有幫助。如你不望著我，我可能無法知道你是和我講話，還是和別人講話。我的表情和身體語言不是典型的，但它們十分能傳意。例如，你可以問，「你側起你的頭。那是什麼意思？」三向的交談是困難的。直至我們的交談完結之前，請其他人保持安靜。讓沉默停在那裡。那可給我時間思考。如我需要更多時間，我會考慮離開房間然後再回來。請和我直接講，但如我有健康倡議者和我同來，請細心聽他們講。即使是自閉症者講話流利，他們很多人發現用書寫方式更容易溝通。提供選擇。

清楚說明你的意向

我傾向逐字的詮釋語言。我很多時候對推斷問題的目的有困難。請說明你為什麼你這樣問，並告訴我你的推理。對你的評估可能有錯應保持開放的態度。給機會我提問。嘗試儘量詳細，清楚和不含糊。看看我是否理解。因為很多自閉症患者都能表達明確，字彙豐富，溝通隔閡可能不明顯。例如，對「同進膳時吃藥」可有多種詮釋。它對吃藥的次數、在吃小吃時做什麼、以及如錯過或多吃餐膳時應怎樣做含糊不清。

我可以在一間靜的，暗的房間內嗎？

很多自閉症患者過濾光和聲音有困難，或對氣味、味道或觸覺有特殊的敏感。馬達的嗡嗡聲、強烈的視覺對比例如明亮的燈光和身體檢查時的觸覺均可以是痛苦或令人迷茫的。一些此類的例子可以是十分特別的，例如對顏色的情緒反應，或對嗡嗡聲和熒光燈的閃爍敏感等。敏感的程度，可從輕微苦惱到反應十分強烈不等。在觸碰病人之前先給病人警告和問病人。問如何可配合個人的感覺的需要。同時，感覺問題亦可使自閉症患者難於識別和報告徵狀。

不要胡吹

發問。不要假裝比你所知或明白的更多。每個自閉症患者都是獨特的。請他們發問和提建議。了解更多。如你需要諮詢，聯絡三藩市加大家庭和社區醫藥部的發展主要護理辦公室。

你的神氣沒有幫助

很多人在溝通時依靠身體語言，語氣和面部表情。自閉症患者很多時候對此類溝通形式詮釋有困難。如對「你今天感覺如何？」的忠實答案是「我感覺不好」時，對自閉症患者而言，可以是你感覺良好而我不。被認為不予關心。從自閉症患者的角度看，開心是怪異的，他們希望專業工作者關心我們，而活潑的評論予人印象他們對我們的痛苦幸災樂禍。此外，自閉症患者的非典型的身體語言可被誤解為缺少注意力，不尊重或裝病。有些自閉症患者避免眼神接觸、語氣單調、或在過份刺激或氣餒時整個崩潰下來。另外，有些可能在極端的痛苦下變得冷靜分析性。更多依賴口頭或書面溝通的逐字含義。例如，如我們告訴你我們十分痛苦，請相信我們，即使我們沒有痙攣或抽搐。

我是獨特的，不是一個孩子

用你正常的成年人的聲音，以正常的聲量和聲率講話。語言不可以含糊，但不一定是簡單的。無須避免技術性的語言，只要給予定義即可。事實上，技術性的語言可以是有助的，因為它準確。開放式的問題可以是困難的，因為有很多可能的答案。要作痛苦量衡特別困難。反而是，問具體的問題例如，「和今早比較，過去一小時，你的痛是一樣呢，較好呢或更壞了？」或「你想更多或更強的止痛藥嗎？」在治療之前，確保我明白選擇和同意。