

家长指南： 孤独症谱系障碍儿童 异食症管理



翻译 / 陈霄霄



这些材料源于孤独症之声（Autism Speaks）的孤独症治疗板块，这是由孤独症之声资助的一个持续性项目。该项目得到了 UA3 MC 11054 合作协议的支持。该协议由美国卫生与公共服务部（HRSA）、卫生资源和服务管理局（HHS）、马萨诸塞州总医院（MCHB）的妇幼健康研究项目共同签订。其内容完全由作者负责，不代表 MCHB、HRSA、HHS 和孤独症之声的官方观点。

目的声明：此工具包是为异食症儿童的家长提供的指南。它帮助家长们了解“异食”——什么是“异食”，为什么会发生“异食”行为，该向谁求助，以及如何防止“异食”。

什么是“异食”？

异食是指反复吃非可食物品，这是孤独症儿童常见的饮食问题。有异食症的儿童经常吃像纸、植物、塑料或石头之类的物品。有的儿童会迅速吞下物品。有的儿童则将物品含在嘴里，只是偶尔吞下。

含着或吞咽非可食物品是婴幼儿的常见行为。这是他们探索和学习的方式。大多数儿童在 18 个月时就不再出现这种行为。儿童只有在这个年龄之后还继续吃非可食的物品时，才会被诊断为异食症。

异食症儿童会含着或吃下的常见物品：

- 粉笔
- 烟头
- 粘土
- 衣服或线
- 硬币
- 泥土
- 粪便
- 头发
- 大量的冰块
- 油漆碎片
- 纸张
- 植物或草
- 石膏
- 石头、鹅卵石或木屑
- 岩盐
- 橡皮筋
- 洗发水
- 玩具（乐高积木、橡皮泥、磁力积木，塑像等）



为什么异食症是个问题？

大多数患有异食症的儿童仍是健康的，这是因为他们吃的许多物品都能通过大便排出。然而，家长们应该了解异食症可能导致某些健康问题。大量食用非可食的物品，可能会导致胃部堵塞，玻璃和橡皮筋等物品会损伤胃和肠道。

异食症造成的其他健康问题包括：

- 由于吃了含铅物品（如油漆碎片等），血液中铅含量高。
- 营养问题。
- 误食常用家居用品（如清洁剂）导致中毒。
- 口腔、胃部或肠道感染。
- 牙齿磨损。

当异食症儿童想要获得东西的愿望被阻止时，他们可能会出现行为问题（如愤怒或攻击性行为）。

为什么孤独症谱系障碍儿童或其他发育障碍儿童会有异食症？

导致异食症的常见因素：

- 最常见的因素是感官反馈（也叫自动强化）。这些儿童吃非可食物品是为了获得愉悦的感觉。
- 有些儿童难以区分可食和非可食物品。有些儿童吃非可食物品是因为他们认为这些物品是食物。
- 另一个原因可能是缺铁或锌。服用维生素补充剂对这类儿童有所帮助。有些则需要行为治疗。

异食症通常不是由以下原因导致的：

- 为了得到他人的关注。
- 缺乏必要的沟通能力。

如果能对异食症儿童进行医疗和行为评估，治疗会更成功。医学测试可以帮助发现儿童是否有营养需求或由异食症引起的健康问题。行为评估可以帮助您了解异食的成因，并确定应对相关问题行为的最佳方案（如攻击性行为或逃跑行为）。

儿童患有异食症的信号：

- 经常将小玩具等物品放入口中。
- 寻找可以吃或放进嘴里的物品。
- 在儿童的大便中发现非可食物品（如绳子、石子或塑料）。
- 儿童从地上、垃圾桶或其他奇怪的地方捡东西吃。
- 不会区分食物和非可食物品（例如：外出就餐时咬了一口纸杯垫）。
- 与儿童相处时间较长的人，如他 / 她的老师或保姆告诉您，他们担心儿童有异食症。

如果您发现儿童有一个或多个以上迹象，请寻求医疗和行为评估。
可考虑尝试以下不需要专业辅助的干预措施。

我在哪里可以得到帮助？

以下人员可以为您提供有用的信息：

- 具有功能性行为评估和制定行为干预计划专业技能的行为分析师。
- 具有应用行为分析（ABA）、孤独症和行为功能评估技能的心理学家。
- 发育发展 / 行为儿科医生。
- 营养师或营养学家。
- 儿科医生或其他初级保健医生。

家长可以做的事情

您可以采取的初步措施：

- (1) 将儿童吃下或放入口中的物品**列成清单**。与他的医生、老师或其他照护者分享这份清单。
- (2) 在笔记本上记录并追踪儿童**出现异食行为**的频率。
- (3) 记录儿童在**哪些地方和什么情况下**把物品放进嘴里。
- (4) 将儿童经常试图吃的**非可食物品**放在他视线之外。将此类物品放到安全的地方，如地下室。
- (5) 在存储这些物品的柜子、壁橱的门上**装上锁**。
- (6) **每日吸尘或清扫地面**，以减少地板上可能被儿童吃掉的物品。
- (7) **丰富儿童的环境**。在休息时间，给儿童提供他喜欢的物品，注意不要提供他异食的物品。
- (8) **教授识别危险的技能**。让儿童练习识别不可食物品和危险物品。



家长在专业人士的指导下可以做的事情：



- (1) **阻挡：**阻挡是指成人将他的手放在儿童的手上，“阻止”儿童将物品放进自己嘴里。这可以减少许多儿童的异食行为。阻挡的方式很重要，所以父母需要专业的帮助。其他需要考虑的事项包括：
 - 使用最小的力量防止儿童将物品放入他 / 她的嘴里。
 - 尽量在儿童将物品靠近嘴之前阻止。
 - 请记住，许多儿童在开始时，可能会有消极反应，如攻击性行为或发脾气。您可能需要专业的帮助。
- (2) **培养技能：**教儿童识别非可食物品和食物，可以减少异食。这可以通过奖励和识别图片来实现（此为辨别训练）。
 - 让儿童坐在桌前，桌上放上盘子，将盘子放在彩色餐垫上。
 - 在桌子上放一些非可食物品。
 - 在盘子里放一种儿童最喜欢的食物。
 - 当儿童从盘子里拿东西吃或者不吃非可食物品时，给他奖励。
- (3) **零食（加餐）时间表：**按固定的时间表（每 30 分钟或 1 小时）提供零食。告诉儿童，他 / 她可以吃零食，但不要强迫他 / 她吃。更频繁的加餐可为儿童提供更多选择，以减少他 / 她吃非可食物品的可能。
- (4) **奖励计划：**如果儿童在一段时间内不吃非可食物品，就给他奖励，如玩具。
- (5) **教授不同的行为：**如捡起异食物品，将其扔掉或放回原处。将该技能分解成若干步骤，并帮助儿童练习每一个步骤。
- (6) **关注与异食症有关的健康问题：**
 - 与儿童的医生或护士讨论他 / 她身体里的铁和锌的检测状况。缺乏这些营养素会导致异食症（添加链接到提供者的工具包）。
 - 在医生或护士建议下给儿童提供维生素或补充剂。
 - 与儿童的医生或护士讨论他 / 她体内含铅量。异食症儿童应定期检测体内铅含量。
 - 如果儿童有特殊的饮食习惯或非常挑食，请咨询营养师。
 - 定期带儿童看牙医。
 - 确保您的牙医、医生和护士知道儿童有异食症。
 - 如果儿童有新的健康问题，确保他 / 她的医生和护士知道他 / 她有异食症。

需要专业帮助的疗法

上述治疗方法并不能解决所有儿童的异食症。有时是因为儿童的异食行为非常频繁；有时是因为儿童有许多健康问题或行为问题需要治疗。在这种情况下，家长就需要专业人士的帮助。该专业人士应当善于处理特殊儿童问题，在儿童异食和行为问题方面具有高水平技能。在专业人员帮助下可能采用的治疗方法包括：

- 短暂的身体约束（如，在短时间内将儿童的手握在其身体两侧）。
- 过度纠正（如：使用身体辅助来帮助儿童捡起异食物品）（译者注：即手把手地辅助儿童）。

这些干预措施需要儿童的父母和他 / 她的专业团队进行完整的行为评估和持续的治疗计划，在执行这些干预措施前需要先获得家长的同意。

有关孤独症儿童行为支持的更多信息，请参见自闭症之声“‘挑战性’行为指南”。

<http://www.autismspeaks.org/family-services/tool-kits/challenging-behaviors-tool-kit>



资源

自闭症之声家庭服务部提供资源、工具箱和支持，帮助孤独症人士应对日常挑战。

www.autismspeaks.org/family-services

如果您有兴趣与自闭症之声家庭服务团队的成员交谈，请联系孤独症反应团队（ART）。

电话（英语）：888-AUTISM2 (288-4762)

电话（西班牙语）：888-772-9050

电子邮件：familyservices@autismspeaks.org

建议家长阅读的文献

[1] Ali, Z. (2001). Pica in people with intellectual disability: A literature review of aetiology, epidemiology and complications. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 26, 205 - 215.**

[2] Glasberg, B. A. (2008). *Functional behavior assessments for people with autism*. Woodbine Press, ISBN: <http://www.woodbinehouse.com>.

[3] McAdam, D. B., Sherman, J. A., Sheldon, J. B., & Napolitano, D. A. (2004). Behavioral interventions to reduce the pica of persons with developmental disabilities. *Behavior Modification*, 28, 45 - 72.**

[4] Napolitano, D. A. & McAdam, D. B. (2012) *Problem Behavior*. In Tristram Smith (Ed). *Making Inclusion Work for Students with Autism Spectrum Disorders: An Evidence-Based Guide*. The Guilford Press. ISBN-13: 978-1606239322. <http://www.guilford.com>.

[5] Pace, G. M., & Toyer, E. A. (2000). The effect of a vitamin supplement on the pica of a child with severe mental retardation. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 33, 619 - 622.**

[6] Stiegler, L. N. (2005). Understanding pica behavior: A review for clinical and education professionals. *Focus on Autism and Other Developmental Disabilities*, 20, 27 - 38.**

[7] Thompson, T. (2009). *Freedom from meltdowns. Dr. Thompson's solutions for children with autism*. Paul H. Brookes Publishers, ISBN: 978-1-55766-986-5. <http://products.brookespublishing.com>.

Online general nutrition information: <http://www.choosemyplate.gov/>

注：** 代表该文献需要在专业人员的支持下阅读。

鸣谢

这个工具包是由罗切斯特大学医学院神经发育和行为儿科部门的 David McAdam、Lynn Cole 和 Linda Howell 共同开发，他们同时也是自闭症之声孤独症治疗网 / 孤独症身体健康干预研究网的成员。

感谢与我们一起工作的异食症儿童的家长和异食症的成年人，他们为我们提供了本工具包中的临床信息。感谢那些对工具包材料提供反馈的家长。

本文由自闭症之声孤独症治疗网 / 孤独症干预研究网身体健康宣传部门编辑、设计和制作。

感谢许多人的审查和建议，包括与自闭症之声 / 孤独症治疗网有关的家庭。

本文可按原样发行，也可免费将其个性化为电子文件发行，包括分发给一些组织及其最常转诊的病人。有关修订信息，请联系 atn@autismspeaks.org。

这些材料属于自闭症之声孤独症治疗网板块，这是自闭症之声资助的一个持续性项目。该项目得到了 UA3 MC 11054 协议的支持。该协议由美国卫生与公共服务部（HRSA）、卫生资源和服务管理局（HHS）、马萨诸塞州总医院（MCHB）的妇幼健康研究项目共同制订。其内容完全由作者负责，不代表 MCHB、HRSA、HHS 的官方观点。本工具包的图片购自 istockphoto®。

2014 年 5 月发表



版权声明

《家长指南：孤独症谱系障碍儿童异食症管理》

Parent's Guide to Managing Pica in Children with Autism

译者：陈霄霄

责编：武纯丽



Autism Speaks trademarks and certain portions of this material in their original English version are licensed from Autism Speaks[®] and are used with permission. Autism Speaks assumes no responsibility or liability for any errors or misinterpretations in the translation of the original content.

华夏出版社组织翻译中文版，拥有中文版权，并授权在华夏云课堂网站及 APP 传播。

如有授权或许可请求，或对翻译有不同意见，请与编辑部联系。

联系方式：010-64672273