

מהו ליקוי בעיבוד החושי?

יעל יושעי, מרפאה בעיסוק והידרותרפיסטית, רכזת לימודי הידרותרפיה במכון טראמפ, בית איזי שפירא.

רקע

"ליקוי בעיבוד חושי", הידוע גם במגוון שמות נוספים - ליקוי באינטגרציה סנסורית, ליקוי בוויסות חושי, תגובתיות יתר, רגישות יתר, תת רגישות... שמות רבים לתופעה הגורמת לילדים (וגם למבוגרים) להתנהג באופן שאינו מובן לחלוטין על ידי הסביבה: מדוע הוא אינו רוצה להדביק? מדוע כל כך קשה לגרוב לילד גרביים? למה היא לא רוצה לשחק בחול? ולמה הוא מתעקש לאכול רק דברים מסוימים?

אינטגרציה סנסורית

כדי להבין את הסיבה להתנהגויות אלו, יש להבין קודם מהי האינטגרציה הסנסורית וכיצד היא קשורה להתנהגות. האינטגרציה הסנסורית היא תהליך של קליטת גירויים חושיים מן הסביבה, עיבודם במוח, מתן פירוש לגירוי ויצירת תגובה מתאימה. (למידע נוסף על החושים, ראו מאמר נוסף "על החושים המוכרים והנסתרים").

החושים הנסתרים

מעבר לחושים המוכרים לנו (טעם, ריח, ראייה, שמיעה ומישוש), קיימים גם חושים המכונים "החושים הנסתרים". גם חושים אלו קולטים מידע מן הסביבה באמצעות חיישנים וגם הם מעבירים מידע אל המוח, אך בניגוד לחושים ה"גלויים", אלו חושים שאנו מודעים פחות לקיומם ותפקודם. כאשר הם אינם מתפקדים כראוי, אנו עלולים להיתקל בבעיות רבות בתפקוד היום יומי שלנו. הסיבות לתפקוד לקוי של מערכות אלו הינן רבות: לעיתים תסמונות ומצבים רפואיים שונים מלווים בליקוי בעיבוד החושי; אצל ילדים ומבוגרים עם אוטיזם אנו מוצאים שכיחות גבוהה מאוד של ליקויים בעיבוד החושי, אך חשוב להדגיש שגם אצל ילדים עם התפתחות אופיינית יכול להופיע קושי בוויסות החושי. קושי זה יכול להשפיע על תפקודם בחיי היום יום ולמנוע מהם למצות את הפוטנציאל המלא שלהם. אסקור כאן בקצרה את "החושים הנסתרים" שהוזכרו במאמר הקודם:

המערכת הטקטילית: זהו בעצם השם ה"מקצועי" של חוש המישוש. זוהי מערכת התחושה שלנו, הבנויה מחיישנים הנמצאים על פני העור, האיבר הגדול ביותר בגופנו. חיישנים שונים מעבירים תחושות שונות - חום וקור, מגע קל כמו נמלה המטיילת על ידנו, הבגד המונח על גופנו, דגדוג, או תחושה של כאב. תפקידה של מערכת זו היא להגן עלינו בפני סכנות ("זהירות, אתה נוגע במשהו חם!") ולאפשר לנו לזהות ולהבחין בין גירויים שונים ("פרווה רכה – אולי זה חתול?").

המערכת הוסטיבולרית: מערכת שווי המשקל, שחיישניה נמצאים באוזן הפנימית. מערכת זו מזהה שינויים במנח הגוף שלנו על ידי תנודות של נוזל הנמצא באוזן הפנימית. כאשר אנו מאבדים שיווי משקל, היא מעבירה את המידע במהירות אל המוח. בתגובה, המוח מכווץ שרירים כדי להפעיל את גופנו ולמנוע מאתנו ליפול. מערכת זו מאפשרת לנו לנוע בביטחון ובמהירות תוך שמירה על איזון הגוף.

המערכת הפרופריוצפטיבית: מערכת "תחושת הגוף". חיישני מערכת זו נמצאים בגידים ובמפרקים והם מוסרים למוח מידע המאפשר לו לדעת היכן נמצאים חלקי הגוף זה ביחס לזה וביחס למרחב. דמיינו כי אתם מתעוררים בחדר חשוך – אינכם צריכים לבדוק היכן נמצא כל חלק, האם היד כפופה או ישרה והאם אתם נמצאים על הבטן או על הגב - המוח כבר קיבל את המסרים מן המערכת הפרופריוצפטיבית והשתמש בהם, כך שנתונים אלו כבר ידועים לנו. אותה מערכת מאפשרת לנו להפעיל מעט או הרבה כוח, לנוע מהר או לאט ולתכנן תנועה מיומנת, יעילה ומתאימה לדרישות המשימה.

תהליך העיבוד החושי

בתהליך העיבוד הסנסורי המידע מכל החושים, המוכרים והנסתרים, מועבר אל המוח ועובר עיבוד ופירוש – הכל כדי שנוכל לתפקד במינימום אנרגיה ובמקסימום יעילות במהלך היום יום. אם ניקח מטלה, כגון כתיבה, נראה כי משתתפות בה מערכות רבות: מערכת הראייה מזהה את הסימנים הכתובים ואת השורות בהן יש לכתוב; מערכת השמיעה היא זו שאפשרה לנו לקשר סימנים אלו לצליל שהם מייצגים; המערכת הטקטילית מאפשרת לנו לחוש בעפרון שאנו אחזים ובדף החלק שלפנינו; המערכת הוסטיבולרית מאפשרת לנו לשנות את טונוס השרירים בגו וביד בהתאם לתנועה שעלינו ליצור ובהתאם לשינויי המנח שלנו; המערכת הפרופריוצפטיבית מאפשרת לנו להפעיל את היד בכיוון, בעוצמה ובמרחק הדרוש ליצירת האותיות.

ליקוי בעיבוד החושי

אך מה קורה כאשר אחת מן המערכות החושיות אינה מתפקדת כראוי? האם אחד מן המצבים הבאים מוכר לכם?
אתם מגיעים עם הפעוט לגינת המשחקים, חולצים את נעליו ומושיבים אותו בחול. במקום ליהנות מן החול כמו הילדים האחרים, לשחק בו, לחפור, לבנות ולחוש אותו – הילד מגיב בבכי וניסיונות להתרחק מן החול. מצבים נוספים, שבוודאי יהיו מוכרים לחלק מן ההורים, הם רתיעה חזקה של הילד ממגע המים בפניו בזמן המקלחת; הימנעות מאכילת מאכלים בעלי ריחות, טעמים או מרקמים מסוימים והתעקשות על לבישת פרטי לבוש מסוימים בלבד, תוך דרישה לגזור את תוויות הבגד באופן יסודי, תלונה על כך שהבגדים מציקים ומגרדים ובהלה מקולות או אורות חזקים.

סיטואציה נוספת שעשויה להראות מוכרת: ילד הנראה כאילו הוא שקוע בעולמו מרבית הזמן, מעדיף משחקי דמיון על פני פעילות כמו ריצה, קפיצה, גלישה במגלשה או נדנדה; לעיתים התגובה שלו לכאב ירודה, והרושם הוא שזהו ילד שקט ואפילו פסיבי, שאינו מתעניין בסביבה

ואינו מנסה לחקור אותה. פעמים רבות הוא יתקשה ללמוד לקפוץ על רגל אחת, לרכב על אופניים או לחקות תנועות.

ילד אחר עשוי להראות כאילו הוא עסוק כל הזמן בחיפוש אחרי "אקשן": הוא רץ, קופץ, מתנגש בחפצים ואנשים, הוא נראה חסר מנוחה וכבר כתינוק ופעוט היה צריך לנדנד אותו זמן רב ובעוצמה כדי שיירגע. כאשר הוא נמצא בסביבה שקטה הוא אינו נרגע אלא להפך – מתרוצץ ומחפש "מה לעשות עם עצמו".

שלושת הילדים המתוארים כאן הם ילדים בעלי התפתחות ואינטליגנציה תקינות; הקושי שלהם הוא בכך שהמערכות החושיות בגופם אינן מתפקדות כראוי ומקשות עליהם לתפקד באופן יעיל.

התיאור הראשון יכול להתאים לילד שיש לו **תגובתיות יתר סנסורית**. זהו מצב בו המערכות החושיות של הילד (מערכות החושים הרגילות או "החושים הנסתרים") מגיבות באופן קיצוני לגירויים רגילים ומפרשות אותם כגורמי סכנה. כך למשל, תחושת החול על כפות רגליו של הילד הינה כאילו דרך על נייר זכוכית; התפר בגרב מרגיש כאילו יש אבן חדה בתוך נעליו ותוויית הבגד גורמת לו הרגשה כאילו עכביש מטייל על גבנו. אותו ילד עסוק ב"התגוננות" במהלך כל היום, משום שהמערכת החושית שלו משדרת לו, ללא הפסקה, שהוא בסכנה. ילד כזה אינו יכול להיות פנוי למשחק ולמידה, משום שגופו עסוק בהישרדות! פעמים רבות ילדים אלו מגיבים למצב בניסיון לשלוט בסביבה בה הם נמצאים והתוצאה הינה התנהגות שאנו מפרשים כעקשנות וחוסר גמישות לשינויים. אם נשים את עצמו בנעליו של אותו ילד נבין שהוא בסך הכל מנסה לבנות לעצמו סביבה בטוחה יותר, ללא הפתעות, ללא גירויים בלתי נעימים וללא צורך בלתי פוסק במלחמה.

התיאור השני תואם ילד שיתכן ויש לו **תת תגובתיות סנסורית**. במצב זה, המערכות החושיות שלו פשוט "נרדמו בשמירה". הוא אינו מנסה לחקור את הסביבה, מאחר ושינויים המתרחשים בה וגירויים המתקבלים ממנה כמעט ואינם נקלטים אצלו. קשה לדמיין מצב זה, מאחר ואנו רגילים לחוש את הסביבה והגירויים שבה, אך נסו לדמיין כי לאוכל שאתם אוכלים כמעט ואין טעם, הקולות סביבכם מעומעמים מאוד, הסביבה שלכם חדגונית מבחינת צבע ומרקם – אך לא במשך פרק זמן קצר אלא במשך כמה ימים, שבועות או חודשים. התוצאה הינה ילד "שקט מדי" שאינו מתעניין בסביבה, מאחר והיא פשוט לא מעניינת.... ילד זה מתקשה לעקוב אחר הרמזים המילוליים והחזותיים ולכן מתקשה מאוד בלמידה ובביצוע פעילויות יום יומיות.

הסיטואציה השלישית מתארת ילד שככל הנראה יאובחן עם **חיפוש אחרי גירויים סנסוריים**. אצל ילד זה, המערכות החושיות זקוקות לגרייה בעוצמה רבה כדי להתעורר ולהתחיל להעביר מסרים. לכן, הם עסוקים בחיפוש אחרי גירויים אלו. הם רצים וקופצים כדי לעורר את המערכות החושיות בגופם: מדליקים את הטלוויזיה או המשחקים במחשב בעוצמת הקול הגבוהה ביותר כדי לעורר את מערכת השמיעה; אוהבים אוכל מתובל כדי לעורר את חוש הטעם; ובאופן כללי צריכים שהכל יהיה בעוצמה חזקה כדי שהמערכות בגופם יתפקדו כראוי.

תיאורים אלו הינם כלליים ויש לזכור כי כל ילד שיש לו ליקוי במערכות החושיות מגיב באופן שונה, בהתאם לקשייו ובהתאם לסביבה. אם הנכם חושבים כי לילדכם יש קושי בוויסות חושי, מומלץ לפנות למרפא/ה בעיסוק לצורך אבחון יסודי. הוויסות החושי ואבחון הליקויים שבו הינם תחום התמחותם של מרפאים בעיסוק ובידם כלים לביצוע אבחון וטיפול. האבחון כולל בדרך כלל מספר פגישות עם הילד והוריו ומילוי שאלונים על ידי ההורים והגנת /מורה.

ישנן דרכים שונות לטפל בליקויים בוויסות החושי. רובם ניתנים על ידי מרפאים בעיסוק וכוללים גם הדרכה להורים לגבי אופן הטיפול והתאמת הסביבה הביתית במטרה להקל על תפקודו של הילד. עם זאת, לעיתים משלבים בטיפול גם גישות טיפוליות אחרות, והידרותרפיה היא אחת מגישות אלו.

המאמר הבא יעסוק בטיפול ההידרותרפי בליקויים בוויסות החושי. – [למאמר](#)