

# Tic

A tic valamilyen formájával szinte minden nap találkozunk, mégis sok tévképzet él róla, ami nehezíti felismerését, elfogadását, kezelését. Ugyanakkor nagy gondot okoz a tic-et mutató gyermek szülei, hozzátartozói, pedagógusai, társai számára. Ezért érdemes beszélni róla. Fiúknál gyakoribb rendellenességről van szó, de lányoknál is előfordul. Sokszor családi halmozódást mutat, de a pontos öröklésment nem ismert.

A tic akaratlan, hirtelen, gyors, rövid, ismétlődő, sztereotip mozgás (motoros tic) vagy hangadás (vocalis tic). Az extrémén súlyos eseteket kivéve nem jelentkezik folyamatosan.

## Formái

A **motoros tic** egyszerű formái lehetnek például hunyorgás, grimaszolás, orrhuzogatás, a szemgolyók hirtelen elfordítása, fejrángatás, vállrándítás, lábdobogás, összetett formái például a szökdécselés, ugrálás, tapogatás.

A **vocalis tic** lehet például szipogás, szimatolás, krákogás, köhögés, dünyögés, rőfögés. Összetett formák esetén a helyzethez nem illő szavak, szótagok, rövid mondatok ismételtetése jelentkezik. Motoros tic-ek közül a hunyorgás, szemforgatás esetén gyakran szemészeti, köhögés, krákogás esetén gégeszeti vagy allergológiai problémára gondolnak a szülők, és az orvosok is. Az akaratlan mozdulatok sokszor célszerűnek tűnnek, például a fej megrázása a haj elsöprése céljából, de egy idő után fel kell tűnjön, hogy nem erről van szó. Sokszor a gyerekek társítanak egy akaratlagos mozdulatot a tic-hez, pl. elsimítja a haját a fejrázás után. Nagyobb gyerekek el tudják mondani, hogy a tic-et megelőzi egy kellemetlen érzés, általában a tic helyén.

Nagyon fontos tudni, hogy nem akaratlagos jelenségről van szó. Megtévesztő lehet, hogy a gyerekek egy időre, többnyire néhány percre, de akár órákra is vissza tudják tartani a kóros jelenséget, de utána még nagyobb erővel tör elő. Olyan, mintha a szünet után „kitikkelné” magát a felgyült feszültség miatt.

A tic-et nyugtalanság, düh, stressz, izgatottság, fáradtság fokozza, pihenés, lazítás vagy éppen figyelemkoncentráció csökkenti. Jellegzetes helyzet, amikor a tic-elő gyermek az orvosi rendelőbe belépve, a helyzet okozta izgalom miatt azonnal mutatja a tünetet, majd a kezdeti beszélgetés alatt megnyugodva illetve vizsgálat alatt, feladathelyzetben teljesen tünetmentessé válik. Érdekes azonban, hogy kérésre a gyerekek minden tünetüket be tudják mutatni. Bizonyos élethelyzetek kifejezetten provokáló hatásúak. Ilyen például az iskolakezdés. Augusztus végén, szeptember elején mindig megnő a tic miatt jelentkező betegek száma. A hullámzó lefolyás azonban spontán is jelentkezhet, nem mindig köthető érzelmi állapothoz, pszichés feszültséghez. A tic diagnózisát a tünetek alapján kell felállítani, semmilyen egyéb vizsgálómódszer nem segít.

## **Legsúlyosabb formája**

A tic rendellenességek legsúlyosabb formája a **Gilles de la Tourette** szindróma. Egy évnél tovább fennálló többféle motoros tic és legalább egyféle vocalis tic esetén beszélhetünk róla, de ezeknek nem kell egyidejűleg fennállni. A betegség lefolyása alatt a tic-ek típusa, helye, gyakorisága, súlyossága változik. A betegség nagyon összetett, minden eset egyéni. Vannak olyan idegrendszeri betegségek, amelyeknek része lehet tic, ilyenkor Gilles de la Tourette szindróma nem áll fenn.

**Mi okozza a tüneteket?** Bár a Tic okát még pontosan nem ismerjük, számos kutatás szól amellett, hogy a betegség hátterében az ingerület átvitelben szerepet játszó u. n. neurotranszmitterek agyi anyagcseréjét befolyásoló gén, vagy gének rendellenessége rejlik. A leginkább elfogadott elmélet szerint elsősorban a dopamin és szerotonin egyensúlyának megbomlása okozza a tüneteket. Mivel az idővel a felnőttkorba érve a tünetek enyhülnek vagy elmúlnak, így az agy érési folyamatainak is lehet szerepe.

**Milyen rendellenességek társulhatnak a Tic-el?** A társuló problémák közül leggyakrabban a kényszeres tünetek vagy kényszerbetegség (obszesszív - kompulzív zavar, angol rövidítésben OCD) fordul elő. Gyermekkorban gyakran társul hiperkinetikus-figyelemzavarral (ADHD) is. Ritkábban tanulási zavarok is jelentkezhetnek, valamint sok betegnek komoly nehézségei lehetnek a indulatkezeléssel, magatartással.

A magatartási problémáknak sokszor több gondot okoz, mint maguk a tic-ek. Fontos, hogy ezért meghatározzuk, melyik a legtöbb szenvedést és nehézséget kiváltó tünetcsoport, és a terápiát, a gyógyszerelést erre tekintettel állítsuk össze.

**Hogyan kezeljük a Tic betegséget?** A tünetek gyakran enyhék, komolyabb kezelést nem igényelnek. Ha súlyosabb, hosszan fennálló tünetekről van szó szakorvoshoz, elsősorban gyermekpszichiáterhez vagy pszichológushoz kell fordulni. Neurológusra akkor lehet szükség, ha más betegségtől, pl. epilepsziától kell elkülöníteni a tic-rendellenességet. Fontos, hogy a gyereket soha ne figyelmeztessük, főleg ne szóljunk rá, hogy „hagyd már abba, ne szípojj, ne krágogj”. Meg kell próbálni nem észrevenni a tüneteket, még ha ez sokszor igen nehéz is. Az orvos vagy pszichológus részéről a tünetek elmagyarázása, tanácsadás azért nagyon fontos, mert a szülők megértve, hogy miről van szó, könnyebben elfogadják a helyzetet és a gyerek is megszabadul a szándékosság vádjától. Szükséges, hogy a pedagógusok is tudjanak a problémáról, és a szülőkhöz hasonlóan kezeljék a helyzetet.

A nem-gyógyszeres kezelések közé különböző viselkedés-terápiák tartoznak. Ennek egyik fajtája, amikor megtanítják a gyermeket a tic-et megelőző érzés felismerésére és összekötésére valamilyen akaratlagos viselkedéssel, amelyik egyben akadályozza a tic kitörését. A relaxációs technikák és a biofeedback felhasználhatóak a stressz enyhítésére, ami a tic-ek csökkenéséhez vezethet. Sportolás is segíthet a tünetek enyhítésében, és eközben növeli az önbizalmat is.

Számos gyógyszeres kezelés is létezik. A betegek egy nagy része nem igényel gyógyszeres kezelést, mivel tüneteik nem okoznak az életvezetésben súlyosabb nehézséget. Viszont ha a tünetek a beteget a mindennapi életben jelentősen korlátozzák vagy gátolják fejlődését, szociális alkalmazkodását, gyógyszeres kezelés válhat szükségessé. Gyakran a gyógyszeres kezelés inkább a társult magatartási problémák miatt szükséges.

Forrás: Dr. Siegler Zsuzsa,

Letöltés: <https://www.bethesda.hu/kisokos/gyermekkor-tic-rol>, 2020.04.07