



Tikovi i Touretteov sindrom : Osnovne informacije za pacijente

ŠTO SU TIKOVI?

Tikovi su pokreti koje pacijenti ne mogu uvijek kontrolirati. Često postoji nagon ili potreba za činjenjem pokreta, nakon čega slijedi olakšanje. Takvi nevoljni pokreti nekad se mogu kratko zaustaviti. Tikovi mogu biti :

- Nagli, brzi
- Repetitivni i stereotipni (isti svaki put)
- Bez smisla ili ritma
- Jednostavni ili kompleksni

Jednostavni tikovi javljaju se iznenadno i uglavnom traju tjednima ili mjesecima. Najčešći jednostavni motorički tikovi uključuju treptanje očima, podizanje obrva, slijeganje ramenima, okrete ili trzaje glavom i vratom. Česti jednostavni vokalni tikovi uključuju : pročišćavanje grla, kašljanje, šmrncanje i zijevanje.

Kompleksni motorički tikovi uključuju naizgled svrhovite pokrete poput grimasiranja, tapkanja, hodanje po specifičnom obrascu ili kruženje, skakanje, šutiranje ili udaranje šakom. Kompleksni vokalni tikovi uključuju : proizvođenje višestrukih zvukova, ponavljanje slogova, riječi ili fraza (eholalija); izgovaranje društveno nepriličnih riječi ili fraza (koprolalija)

ŠTO JE TOURETTEOV SINDROM?

Touretteov sindrom (TS), još poznat kao sindrom Gilles de la Tourette je poremećaj koji obično počinje u dobi između četiri i šest godina i najteži je u dobi između deset i dvanaest godina. Prema smjernicama tikovi moraju započeti prije 18. godine. Češći je kod muškog spola nego kod ženskog. Pacijenti sa TS pate od kombinacije motoričkih i vokalnih tikova, bilo jednostavnih bilo kompleksnih i uglavnom traju duže od jedne godine. Poremećaji ponašanja i raspoloženja, uključujući anksioznost i opsesivno kompulzivno ponašanje, mogu se također javiti.

ŠTO UZROKUJE TIKOVE I TS?

Uzrok je nepoznat. Tikovi i TS često su nasljedni te se prenose unutar obitelji.

JESU LI SVI TIKOVI TOURETTEOV SINDROM?

Ljudi koji imaju tikove ne moraju imati TS. Za dijagnozu TS potrebno je imati više od jednog tika uz obaveznu zastupljenost vokalnih tikova u trajanju dužem od godinu dana. Iako su tikovi česti i jedno od petoro djece će imati tikove u jednoj točki svog djetinjstva, sam TS puno je rjeđi.

POSTOJI LI TERAPIJA?

U većini slučajeva nije potrebno liječenje. Liječenje motoričkih tikova, vokalnih tikova i TS ovisi o tome koliko tikovi utječu na pacijente i ukoliko imaju društveni ili emocionalni utjecaj. Ako tikovi ne izazivaju preveliku nelagodu ili ne narušavaju svakodnevne aktivnosti, bolesnik će možda trebati samo dobru podršku i edukaciju. Edukacija okoline pacijenta može poboljšati razumijevanje i umanjiti stigmatu. To se može postići adekvatnim informiranjem od strane liječnika, psihologa i socijalnih radnika. Članovi obitelji i učitelji moraju shvatiti i naučiti kako su tikovi nevoljni kako bi lakše razumjeli dijagnozu i izbjegli negativan utjecaj na djetetovo samopouzdanje.

Pacijenti bi trebali raspraviti o liječenju sa svojim liječnikom ukoliko tikovi:

- Izazivaju značajnu nelagodu
- Narušavaju svakodnevni život i obrazovanje
- Izazivaju društvenu izolaciju, vršnjačko nasilje ili depresiju

Opsežna bihevioralna intervencija za tikove (CBIT) je jedna od terapijskih metoda korištena u TS. Fokusira se na trening pažnje i razvoj adekvatnog odgovora na nagon za tikovima.

Ako bihevioralna terapija sama po sebi nije uspješna, neki lijekovi mogu pomoći. No, lijekovi mogu izazvati nepoželjne nuspojave te je zbog toga nužna dobra suradnja s liječnikom. Ovi lijekovi uključuju: klonidin i guanfacin, klonazepam ili druge anksiolitike (iako se nuspojave moraju uzeti u obzir). Uz to, kod pacijenata koji ne reagiraju dobro na lijekove, duboka moždana stimulacija može također doći u obzir.

ZAŠTO SE TOURETTEOV SINDROM SMATRA NEUROPSIHIJATRIJSKIM POREMEĆAJEM?

Neuropsihijatrijski poremećaji su neurološki poremećaji koji utječu na ponašanje. Više od 50% pacijenata sa TS imaju smetnje ponašanja poput ADHD-a (poremećaj hiperaktivnosti i deficita pažnje) i OKP-a (opsesivno-kompulzivnog poremećaja). Pacijenti također mogu razviti : depresiju, impulzivno ponašanje, poremećaj ličnosti, namjerno samoranjavanje i poremećaje spavanja. Za ovakve poremećaje postoje terapijske opcije, stoga se obratite svom liječniku.

ŠTO PACIJENTI MOGU OČEKIVATI OD ŽIVOTA SA TIKOVIMA ILI TS?

Tikovi su uglavnom privremeni te kao i TS mogu popustiti kako pacijenti odrastaju i u većini slučajeva znaju nestati u potpunosti u odrasлом životu.