



Tikid ja Tourette'i sündroom: tähtsad faktid patsiendile

MIS ON TIKID?

Tikid on vastutahtelised liigutused, mida patsient ei suuda kontrollida; võib esineda tung või vajadus liigutust sooritada, millele järgneb kergendustunne. Liigutusi on vahetevahel võimalik lühiajaliselt peatada. Tikid võivad olla:

- Äkilise algusega, kiired
- Korduvad ja stereotüüpsed (iga kord samasugused)
- Sihipärata või rütmita
- Lihtsad või keerulised

Lihtsad tikid tekivad äkki ja kestavad tavaliselt nädalaid või kuid. Kõige sagedamini esinevad motoorsed tikid on silmade pilgutamine, kulumude tõstmine, õlgade kehitamine, pea ja kaela keeramine või tõmblemine. Sagedamad vokaalsed tikid on köhatamine, köhimine, nuhutamine ja haigutamine.

Komplekssete motoorsete tikkide hulka kuuluvad grimassitamine, koputamine, kindla mustri või ringiratast kõndimine, hüppamine, jala või käega löömine. Komplekssete vokaalsete tikkide hulka kuuluvad erinevate helide tegemine, silpide, sõnade või fraaside kordamine (ehholaalia), vahel ka tahtmatu roppdamine (koprolaalia).

MIS ON TOURETTE'I SÜNDROOM?

Tourette'i sündroom ehk Gilles de la Tourette'i sündroom on haigus, mis algab tavaliselt neljanda ja kuuenda eluaasta vahel ja on kõige raskem 10-12. eluaastani. Definitsiooni järgi algavad tikid enne 18. eluaastat, seda esineb rohkem meestel kui naistel. Tourette'i sündroomiga patsientidel esineb motoorsete ja vokaalsete tikkide kombinatsioon, mis on lihtsad või kompleksed ja kestavad rohkem kui ühe aasta. Esineda võib ka käitumishäireid, sh ärevust ja sundmõtteid.

MIS TIKKE JA TOURETTE'I SÜNDROOMI PÕHJUSTAB?

Tikkide ja Tourette'i sündroomi põhjus on teadmata. Tikid ja Tourette'i sündroom on sageli päritavad ehk need esinevad perekonnas.

KAS KÕIK TIKID ON TOURETTE'I SÜNDROOM?

Kõigil tikkidega inimestel ei esine Tourette'i sündroomi, mille diagnoos nõuab rohkem kui ühe tiki esinemist, sh vokaalsed tikid rohkem kui ühe aasta vältel. Tikke esineb üldiselt sageli, Tourette'i sündroomi esineb palju harvem.

KAS SEDA SAAB RAVIDA?

Alati ei ole tikke vaja ravida. Motoorsete tikkide, vokaalsete tikkide ja Tourette'i sündroomi ravi sõltub sellest, kuidas tikid patsienti mõjutavad ja kas nende sotsiaalne elu või emotsionaalsus on häiritud. Kui tikid ei põhjusta palju stressi ega sega igapäevaseid tegevusi, võib patsient vajada vaid tuge, harimist ja rahustamist. Patsiendi lähedaste harimine võib suurendada mõistmist ja vähendada sotsiaalset märgistatusetunnet. See võib hõlmata arstide, psühholoogide ja sotsiaaltöötajate kaasamist. Perekonnaliikmed ja õpetajad peavad mõistma, et tikid on tahtele allumatud, nad peavad diagnoosi mõistma ja vältima lapse enesehinnangu kahjustamist.

Patsiendid peavad oma arstiga ravimise üle nõu pidama, kui tikid:

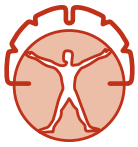
- Põhjustavad olulist stressi
- Segavad igapäevaelu või kooliskäimist
- Põhjustavad narmimist ja seetõttu sotsiaalset isoleerumist või depressiooni

Üks Tourette'i sündroomi ravivõimalusi on käitumuslik teraapia (*Comprehensive Behavioral Intervention for Tics*, CBIT). CBIT-ga keskendutakse teadlikkuse treenimisele ja tiki tungile vastuse arendamisele.

Kui käitumuslik teraapia ei ole piisavalt tõhus, võivad aidata mõned ravimid, mis võivad küll põhjustada soovimatuid kõrvaltoimeid - seetõttu peavad patsiendid oma arstiga pidevalt suhtlema. Kasutatavateks ravimiteks on klonidiin ja guanfatsiin, klonasepaam ja teised ärevusvastased ravimid ning antipsühhootikumid. Harvadel juhtudel võib kaaluda aju süvastimulatsiooni.

MIKS PEETAKSE TOURETTE'I SÜNDROOMI NEUROPSÜHHIAATRILISEKS HÄIREKS?

Neuropsühhiaatrilised häired on neuroloogilised häired, mis mõjutavad käitumist. Rohkem kui 50% Tourette'i sündroomiga patsientidest esineb käitumuslikke sümptomeid, nagu tähelepanupuudus- ja hüperaktiivsushäire (ADHD) ning obsessiiv-kompulsiivne häire (OCD). Patsientidel võib esineda ka depressiooni, impulsiivset käitumist, isiksushäireid, tahtlikku enesevigastamist ja unehäireid, mida on võimalik ravida – tuleb suhelda oma arstiga.



International Parkinson and
Movement Disorder Society

Tikid ja Tourette'i sündroom: tähtsad faktid patsiendile

MIDA OODATA, KUI ON DIAGNOOSITUD TIKID VÕI TOURETTE'I SÜNDROOM?

Tikid on sageli ajutised. Tikid ja Tourette'i sündroom vähenevad patsiendi vananedes ja mõningatel juhtudel võivad täiskasvanueas täielikult.