



Tiky a Tourettov syndróm: základné fakty pre pacientov

ČO SÚ TIKY?

Tiky sú pohyby, ktoré pacienti nedokážu vždy ovládať. Spájajú sa často s nutkaním alebo potrebou vykonať daný pohyb a s úľavou po ňom. Pohyby vedia niekedy na krátky čas potlačiť.

Tiky môžu byť:

- Náhle, rýchle
- Opakujúce sa a stereotypné (zakaždým rovnaké)
- Neúčelné a nerytmické
- jednoduché alebo zložené, komplexné

Jednoduché tiky sa zvyčajne objavujú náhle a môžu trvať týždeň alebo mesiace. Najčastejšie jednoduché pohybové tiky sú: žmurkanie očami, dvíhanie obočia, krčenie ramien, otáčanie alebo mykanie hlavou a krkom. Bežné jednoduché zvukové tiky sú: odkašliavanie, kašľanie, smrkanie a zívanie. Komplexné tiky zahŕňajú účelnejšie pohyby ako napríklad: grimasovanie, ťukanie, chôdza v špecifickom vzore, skákanie, kopanie alebo udieranie. Komplexné zvukové tiky môžu byť: vydávanie viacerých zvukov, opakovanie slabík, slov alebo fráz (echolália), zriedkavo hovorenie spoločensky neprípustných slov alebo fráz (koprolália).

ČO JE TOURETTOV SYNDRÓM?

Tourettov syndróm (TS), tiež známy ako Gilles de la Tourettov syndróm, je ochorenie, ktoré zvyčajne začína medzi štvrtým až šiestym rokom a je najvýraznejšie medzi 10. až 12. rokom. Podľa definície musia tiky začínať pred 18. rokom. TS je omnoho častejší u mužov ako u žien. Pacienti s TS majú kombináciu pohybových a zvukových tikov, buď jednoduchých alebo komplexných, a musia trvať viac ako jeden rok. Môžu sa tiež vyskytovať poruchy správania vrátane úzkosti a obsedantno kompulzívneho správania.

ČO SPÔSOBUJE TIKY A TS?

Príčina tikov a TS je neznáma. Tiky a TS sú často dedičné, teda prenášané v rámci rodiny.

SÚ VŠETKY TIKY TOURETTOVÝM SYNDRÓMOM?

Nie všetci ľudia s tikmi majú TS. Diagnóza TS vyžaduje prítomnosť viac ako jedného tiku, vrátane zvukového, pričom tiky pretrvávajú viac než jeden rok. Napriek tomu, že sú tiky časté a v určitom období života ich môže mať až jedno z piatich detí, je TS omnoho menej častý.

EXISTUJE LIEČBA?

Pre tiky často nie je potrebná žiadna liečba. Liečba pohybových tikov, zvukových tikov a TS závisí od toho, ako postihujú pacienta a či majú sociálny alebo emocionálny dopad. Ak tiky nespôsobujú veľké problémy a nezasahujú do činností, pacient môže potrebovať iba správnu podporu, edukáciu a upokojenie. Oboznámenie ľudí v pacientovom okolí s podstatou ochorenia môže zlepšiť porozumenie a zmenšiť pacientovu spoločenskú stigmú. Na tom sa môžu podieľať lekári, psychológovia a sociálni pracovníci. Členovia rodiny a učitelia sa musia naučiť prečo sú tiky mimovoľné, aby lepšie porozumeli diagnóze a vyhli sa zníženiu sebaúcty dieťaťa.

Pacienti by mali diskutovať o liečbe s lekárom, ak tiky:

- Spôsobujú výrazné problémy
- Zasahujú do denného života a školy
- Spôsobujú izoláciu od spoločnosti, šikanovanie alebo depresiu

Jednou z metód ako možno liečiť TS je CBIT (Comprehensive Behavioral Intervention for Tics). CBIT sa zameriava na nácvik uvedomovania si tikov a rozvíjanie protichodnej odpovede na nutkanie urobiť tik.

Ak samotná behaviorálna liečba nie je úspešná, môžu byť nápomocné niektoré lieky. Lieky môžu spôsobovať nežiaduce účinky, preto by mali byť pacienti v úzkej komunikácii s ich lekárom. Medzi lieky patria: klonidín a guanfacín, klonazepam alebo iné anxiolytiká (hlavne ak má pacient úzkosť) a antipsychotiká (hoci by mali byť zvážené nežiaduce účinky). U pacientov, ktorí neodpovedajú na liečbu, by mala byť zvážená hĺbková stimulácia mozgu.

PREČO JE TOURETTOV SYNDRÓM POVAŽOVANÝ ZA NEUROPSYCHIATRICKÉ OCHORENIE?

Neuropsychiatrické ochorenia sú neurologické ochorenia, ktoré postihujú správanie. Vyše 50% pacientov s TS má poruchy správania, ako je porucha pozornosti s hyperaktivitou (ADHD) alebo obsedantno kompulzívna porucha (OCD). Pacienti môžu mať tiež: depresiu, impulzívne správanie, poruchy osobnosti, sebapoškodzujúce sklony a poruchy spánku. Liečba týchto porúch môže byť dostupná, preto je o nich potrebné hovoriť s Vaším lekárom.

ČO MÔŽU PACIENTI OČAKÁVAŤ POČAS ŽIVOTA S TIKMI ALBO TS?

Tiky sú často prechodné. Tiky a TS majú v mnohých prípadoch tendenciu sa vytrácať alebo úplne vymiznúť v dospelosti.