



Tikai ir Tureto sindromas: svarbiausi faktai pacientams

KAS YRA TIKAI?

Tikai yra judesiai, kurios pacientas ne visada gali kontroliuoti. Dažnai jaučiamas potraukis ar poreikis atlikti judesį, po kurio seka palengvėjimas. Judesius kartais įmanoma trumpam sustabdyti. Tikai gali būti:

- Staigūs, greiti;
- Pasikartojantys ir stereotipiški (tokie patys kiekvieną kartą);
- Be tikslo ar ritmiškumo;
- Paprastieji ar sudėtingieji.

Paprastieji tikai atsiranda staiga ir paprastai išlieka savaites ar mėnesius. Dažniausi paprastieji motoriniai tikai yra mirksėjimas, antakio kilnojimas, trūkčiojimas pečiais, galvos ir kaklo sukimas ar trūkčiojimas. Dažnesni paprastieji vokaliniai tikai yra atsikrenkštimas, kosėjimas, nosies snirpštimas ir žiovavimas. Sudėtingieji motoriniai tikai pasižymi tikslingesniais judesiais, tokias kaip grimasos, bilsnėjimas, ėjimas tam tikru būdu ar sukimasis, šokinėjimas, spardymasis arba kumščiavimas. Sudėtingieji vokaliniai tikai gali būti įvairūs daugybiniai garsai, skiemenų, žodžių ar frazių kartojimas (echolalija); retais atvejais - keiksmazodžiai (koprolalija).

KAS YRA TURETO SINDROMAS?

Tureto sindromas (TS), dar žinomas Gilles de la Tourette sindromo pavadinimu, dažniausiai pasireiškia tarp ketverių bei šešerių metų, ir būna sunkiausias 10-12 m. amžiuje. Privalomas TS bruožas yra tai, kad tikai pirmą kartą pasireikštų iki 18-os metų amžiaus. TS daug dažniau pasireiškia vyrams nei moterims. Pacientai, sergantys TS, patiria motorinius ir vokalius tikus, kurie yra arba paprastieji, arba kompleksiniai, tačiau privalo trukti daugiau nei vienerius metus. Tuo pačiu gali pasireikšti elgesio sutrikimai, pavyzdžiui, nerimas ar obsesinis kompulsinis elgesys.

KAS SUKELIA TIKUS IR TS?

Tikų ir TS priežastis nežinoma. Jie dažnai yra paveldimi.

AR VISI TIKAI YRA TURETO SINDROMAS?

Ne visi žmonės su tikais serga TS. TS diagnozei nustatyti būtinas daugiau nei vienas tikas, įskaitant vokalinį, kuriuos pacientas patiria daugiau nei vienerius metus. Tikai yra dažni, juos patiria 1 iš 5 vaikų, o TS yra daug retesnis.

AR YRA GYDYMAS?

Dažnai tikų gydyti net nereikia. Motorinių, vokalių tikų ir TS gydymas priklauso nuo to, kiek jie paveikia pacientus ir ar daro įtaką socialiniam gyvenimui, emocinei būklei. Jei tikai paciento nevargina ar netrukdo kasdieninei veiklai, užtenka vien palaikymo, pamokymo ir nuraminimo. Paciento aplinkos žmonių švietimas gali pagerinti TS supratimą ir sumažinti socialinę stigmą. Tai gali būti gydytojų, psichologų ar socialinių darbuotojų įžvalgos. Tam, kad suprastų diagnozę ir nemenkintų vaiko savivertės, šeimos nariai ir mokytojai turi suvokti, kad tikai yra nevalingi. Pacientai turėtų pasitarti su savo gydytoju dėl gydymo, jei tikai:

- Itin vargina;
- Trukdo kasdieniniam gyvenimui ar mokyklai;
- Paveda prie socialinės atskirties, priekabiavimo ar depresijos.

Vienas iš gydymo būdų tikams vadinamas visapusiška elgesio intervencija (ang. *Comprehensive Behavioral Intervention for Tics; CBIT*). CBIT tikslas - lavinti sąmoningumą ir mokyti kokių nors kitokiu atsaku priešintis potraukiui atlikti judesį. Jei elgesio keitimas nesėkmingas, gali padėti kai kurie vaistai. Jie gali sukelti nepageidaujamų reiškinių, todėl pacientas turi glaudžiai bendradarbiauti su savo gydytoju. Tarp tokių vaistų yra klonidinas ir guanfacinas, klonazepamas ar kitų nerimą mažinantys vaistai (ypač jei pacientą taip pat vargina nerimas), ir antipsichotiniai preparatai (tačiau svarbu atsižvelgti į nepageidaujamus reiškinius). Jei vaistai neveiksmingi, gali būti svarstomas chirurginis gydymas atliekant giliają smegenų stimuliaciją.

KODĖL TURETO SINDROMAS LAIKOMAS NEUROPSICHIATRINIŲ SUTRIKIMŲ?

Neuropsichiatriniai sutrikimai yra sutrikimai, kurie paveikia elgesį. Daugiau nei 50% TS pacientų turi elgesio pokyčių, tokių kaip dėmesio sutrikimas ir hiperaktyvumo sindromas ar obsesinis kompulsinis sutrikimas. Pacientus taip pat gali varginti depresija, impulsyvus elgesys, asmenybės sutrikimai, tyčinis žalojimas ir miego sutrikimai. Šie sutrikimai gydomi, todėl svarbu dėl to pasitarti su savo gydytoju.

KO GALI TIKĖTIS PACIENTAI, GYVENDAMI SU TIKAIS AR TS?

Tikai dažnai yra laikini. Tikai ir TS su amžiumi linkę retėti ir daugeliu atvejų visiškai išnyksta suaugus.