



# Tics och Tourettes Syndrom: Viktiga fakta för patienter

## VAD ÄR TICS?

Tics är rörelser eller uttryck som patienten själv inte alltid kan kontrollera. Det finns ofta en stark drift eller behov att utföra rörelsen och en känsla av lättnad efteråt. Rörelserna kan ibland undertryckas en kortare tid. Tics karakteriseras av att de är:

- Plötsliga och snabba
- Repetitiva och stereotypa (ofta samma rörelse varje gång)
- Utan syfte eller rytm
- Kan vara enkla eller komplexa

Enkla tics uppstår plötsligt och återkommer vanligen under flera veckor-månader. Vanliga motoriska tics inkluderar: blinkningar, snabba höjningar av ögonbrynen, ryckningar av axlarna, att kasta eller vrida på huvud och nacke. Vanliga vokala tics inkluderar: harkling, hostning, fnysning och gäspning.

Komplexa motoriska tics innefattar mera meningsfulla rörelser såsom: grimasering, knackande, att gå i en cirkel eller i ett särskilt mönster, att hoppa, sparka eller slå. Komplexa vokala tics inkluderar: att repetera stavelser, ord eller fraser (ekolali); eller att uttrycka ord eller fraser som är socialt tabu (koprolali).

## VAD ÄR TOURETTES SYNDROM?

Tourettes syndrom (TS), även kallat Gilles de la Tourettes syndrom, är ett sjukdomstillstånd som vanligtvis debuterar i tidig barndom (4-6 år) och är värst mellan 10-12 års ålder. Definitionsmässigt måste tics debutera före 18 års ålder. TS är betydligt vanligare bland män än kvinnor. Patienter med TS upplever en kombination av motoriska och vokala tics, och de måste sitta i över ett år för att kallas TS. Beteendestörningar, såsom ångest eller tvångsmässiga handlingar, kan också förekomma.

## VAD ORSAKAR TICS OCH TS?

Orsaken till tics och TS är okänd. Dock finns dock en ärftlig komponent och ofta drabbas flera personer i samma släkt.

## ÄR ALLA TICS SAMMA SAK SOM TS?

Alla personer med tics har inte TS. För att det skall klassas som TS krävs mer än en typ av tics, inklusive ett vokalt tic, i över ett års tid. Medan tics är ganska vanligt i barndomen (ca 1 av 5 barn kan ha tics vid någon tidpunkt), är TS mycket mera sällsynt.

## FINNS DET NÅGON BEHANDLING?

Ofta behövs ingen behandling för tics. Behandling av både motoriska och vokala tics samt TS beror på patientens besvär och

om det finns en påverkan på det sociala eller känslomässiga livet. Om de inte påverkar dagliga aktiviteter eller bekymrar patienten i någon större utsträckning kan det räcka med socialt stöd, information och uppmuntran. Att utbilda människor runt omkring patienten kan öka förståelsen och minska socialt stigma. Detta kan innefatta information från läkare, psykologer och socialarbetare. Familjemedlemmar och lärare måste förstå att tics är ofrivilliga för att förstå diagnosen, och undvika att påverka barnets självkänsla negativt.

Patienter bör diskutera behandling med en läkare om deras tics:

- orsakar påtagliga bekymmer eller besvär
- har en negativ inverkan på skolgång eller vardagsliv
- orsakar social isolering, utfrysning/mobbning eller nedstämdhet

Comprehensive Behavioral Intervention for Tics (CBIT; en form av kognitiv beteendeterapi) är en av terapierna som används vid TS. CBIT fokuserar på medvetandeträning och att utveckla en alternativ reaktion på ticbehovet.

Om beteendeterapi inte har tillräcklig effekt kan medicinering vara effektiv. Läkemedelsbehandling innebär dock alltid en risk för biverkningar, varför detta kräver nära kommunikation med behandlande läkare. Mediciner som kan övervägas är: Klonidin och Guanfacin, läkemedel mot ångest (särskilt om patienten upplever ångest), och antipsykotiska läkemedel (även om biverkningsrisken alltid måste beaktas). För patienter som inte heller upplever tillfredsställande effekt av medicinering är även kirurgi med djup hjärnstimulering (DBS) ett alternativ som kan övervägas.

## VARFÖR BETRAKTAS TS SOM ETT NEUROPSYKIATRISKT TILLSTÅND?

Neuropsykiatriska tillstånd är neurologiska tillstånd som påverkar beteendet. Över 50% av patienter med TS har beteendestörningar såsom ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder) eller tvångsyndrom (OCD – Obsessive Compulsive Disorder). Patienter kan även uppleva depression, impulskontrollstörningar, personlighetsstörningar, självskadebeteende och sömnstörningar. Specifika behandlingar för dessa tillstånd kan vara effektiva, så tala med behandlande läkare om detta.

## VAD KAN PATIENTER FÖRVÄNTA SIG SOM LEVER MED TICS ELLER TS?

Tics är ofta övergående. Både tics och TS mildras då patienten blir äldre, för att i många fall helt försvinna i vuxen ålder.