



# TİK VE TOURETTE SENDROMU: HASTALAR İÇİN TEMEL BİLGİLER

## TİK NEDİR?

Tikler hastaların kontrol edemediği hareketlerdir. Hareketi yapma isteği ile ihtiyacı söz konusudur. Hareketi yaptıktan sonra kişi rahatlar. Hareketler bazen kısa bir süre durdurulabilir. Tikler;

- Ani ve hızlı
- Tekrarlayıcı ve stereotipik (her zaman aynı)
- Amaçsız ve ritimsiz
- Basit ya da kompleks olabilir.

Basit tikler aniden ortaya çıkar ve haftalar ya da aylar sürebilir. En sık görülen basit motor tikler göz kırpması, kaş kaldırma, omuz silkme, başı ve boynu çevirme ya da sallama şeklindedir. Boğaz temizleme, öksürme, burun çekme ve esneme ise sık görülen vokal tiklerdir.

Karmaşık motor tikler ise yüz buruşturma, ayak vurma, belli bir şekilde yürüme ya da yürüyerek daire çizme, yumruklama ve tekme atma gibi daha amaca yönelik hareketleri içerir. Kompleks vokal tikler ise heceleri, sözleri ya da cümleleri tekrarlama (ekolalali) şeklinde ya da nadiren sosyal olarak tabu kabul edilen kötü anlamlı kelimeleri veya kalıpları (koprolali) tekrarlama şeklinde ortaya çıkar.

## TOURETTE SENDROMU NEDİR?

Gilles de la Tourette sendromu olarak da bilinen Tourette sendromu (TS), genellikle dört altı yaşları arasında başlar, ancak on ile oniki yaşları arasında başladığında hastalık daha ciddi seyreder. Tanım olarak tikler onsekiz yaşından önce başlamak zorundadır. TS erkeklerde kadınlardan daha sık görülür. TS olan hastalarda basit ya da kompleks motor ve vokal tikler bir aradadır ve bu durum bir yıldan uzun süredir devam ediyor olmalıdır.

## TIKLARA VE TOURETTE SENDROMUNUN NEDENİ NEDİR?

Tikler ve TS'un nedeni bilinmemektedir. Tikler ve TS genellikle kalıtsaldır yani aile içinde geçiş görülür.

## BÜTÜN TIKLAR TOURETTE SENDROMU MUDUR?

Tikleri olan her birey TS değildir. TS tanısını koyabilmek için bir yıldan uzun süren bir vokal tik ile birlikte, başka tikler olmalıdır. Tikler her beş çocuktan birinde görülecek şekilde sık görülürken, TS daha nadir görülen bir durumdur.

## TEDAVİSİ VAR MIDIR?

Genellikle tikler için tedavi gerekmez. Motor tikler, vokal tikler ve Tourette sendromunun tedavi edilmesi kararı, tiklerin kişinin

sosyal ve duygusal durumunu ne kadar etkilediğine bağlıdır. Eğer tikler çok fazla strese neden olmuyor ve kişinin aktivitelerini engellemiyor ise kişiye sadece eğitim, destek ve güvence vermek yeterli olacaktır. Hastanın etrafındaki kişileri eğitmek hastaların daha iyi anlaşılmasını sağlayacak ve sosyal açıdan kişinin damgalanmasını engelleyecektir. Bunu doktorlar, psikologlar ve sosyal görevlilerden gelen bildirimler sağlayacaktır. Aile bireyleri ve öğretmenler tiklerin istem dışı olduğunu öğrenmelidir, böylece hastalığı anlar ve çocuğun öz saygısının azalmasına engel olurlar.

Hastalar şu durumda doktorları ile tedaviyi tartışmalıdır;

- Tikler çok fazla sıkıntıya neden oluyorsa
- Günlük yaşam ya da okul yaşamını etkiliyor ise
- Sosyal sorunlar (izole olma gibi), alaya edilme ve depresyona neden oluyorsa

Tikler için Kapsamlı Davranışsal Müdahale (TKDM), Tourette sendromunu tedavi etmek için kullanılan terapilerden biridir. TKDM bir farkındalık eğitimidir ve kişide tik ortaya çıkaran dürtüyle yarışacak yanıtlar oluşturulmaya çalışılır.

Eğer davranışçı tedavi tek başına başarılı olmazsa tedaviye bazı ilaçlar eklenebilir. İlaçlar istenmeyen yan etkilere neden olabilir bu yüzden kişi doktoru ile yakın iletişim halinde olmalıdır. Kullanılan ilaçlar; klonidin, guanfasin, klonazepam veya diğer anksiyete ilaçları (özellikle eşlik eden anksiyete varsa) ve antipsikotikler (ancak yan etkiler dikkate alınmalıdır) şeklindedir. Tüm bunlara ilaveten ilaçlara yanıt vermeyen hastalarda derin beyin stimülasyonu düşünülebilir.

## NEDEN TOURETTE SENDROMU NÖROPSIKİYATRİK BİR HASTALIKDIR?

Nöropsikiyatrik hastalıklar davranışı etkileyen nörolojik hastalıklar olarak tanımlanır. TS olgularının %50'den fazlasında dikkat eksikliği hiperaktivite (DEHA) ve obsesif kompulsif bozukluk (OKB) gibi davranışsal belirtileri vardır. Ayrıca hastalarda depresyon, dürtüsel davranışlar, kişilik bozuklukları, kasıtlı olarak kendine zarar verme ve uyku bozuklukları görülebilir. Bu hastalıkların tedavisi mümkündür, doktorunuzla bu konuları görüşün.

## TIKLAR VE TS İLE BİRLİKTE BİR YAŞAMDA BENİ NELER BEKLEMEDİR?

Tikler genelde geçicidir. Tikler ve TS hasta yaşlandıkça kaybolur ve erişkin dönemde birçok kişide tamamen ortadan kalkar