

ZESPÓŁ TOURETTE'A

Podstawowe informacje dla nauczycieli

Zespół Tourette'a – podstawowe informacje

Zespół Tourette'a to schorzenie neurorozwojowe o nieznanym pochodzeniu. Charakteryzuje się występowaniem przewlekłych tików ruchowych oraz głosowych.

Zespół Tourette'a charakteryzuje się obecnością mnogich tików ruchowych i pojedynczych lub mnogich tików wokalnych przez pewien czas trwania choroby, ale niekoniecznie współistniejących.

Zespół Tourette'a pojawia się nagle między 2 a 15 rokiem życia, najczęściej występuje w wieku 7 lat. Pierwszymi objawami są zazwyczaj tiki motoryczne twarzy: mruganie oczami lub wykrzywanie ust. Z biegiem czasu pojawiają się tiki bardziej złożone, takie jak: oblizywanie się, pociąganie nosem, plucie, uderzanie, podskakiwanie, itp. Tiki wokalne zazwyczaj pojawiają się nieco później, przeciętnie w wieku 11 lat.

Tiki mogą różnić się u poszczególnych osób stopniem intensywności- objawy choroby mogą być tak łagodne i niekłopotliwe, że osoba z Zespołem Tourette'a może prowadzić normalny tryb życia, nie mając nawet świadomości swojej choroby. W ciężkich przypadkach tiki mogą być tak intensywne, że stanowią poważne utrudnienie w życiu chorej osoby i jej otoczenia- rodziny, przyjaciół, współpracowników czy nauczycieli. Najczęściej jednak zaburzenie to przybiera umiarkowaną postać.

Na nasilenie tików może mieć wpływ szereg różnych czynników. Zaliczyć do nich można: stres, uczucie niepokoju, nudy, zmęczenia, rozdrażnienia, podekscytowania, a także niektóre substancje chemiczne, takie jak: alkohol czy narkotyki. Zespół Tourette'a jest zaburzeniem chronicznym i zazwyczaj trwa całe życie. W tym czasie tiki mogą się nasilać lub zmniejszać, mogą następować także okresy remisji. Najczęściej tiki osiągają swoją największą intensywność w okresie dojrzewania, po tym okresie mogą zacząć się zmniejszać.

ZESPÓŁ TOURETTE'A

Podstawowe informacje dla nauczycieli

Rodzaje tików

Tik jest nagłym, gwałtownym, powtarzającym się ruchem lub wokalizacją. Zaangażowane są w te ruchy różne grupy mięśni. Osoby z tikami doświadczają je jako nieodparte, mimowolne i porywające. Czasami mogą być one tłumione przez krótki czas, ale dzieje się to kosztem bardzo dużego wewnętrznego napięcia.

Tiki możemy podzielić na dwa rodzaje: tiki ruchowe i tiki wokalne (dźwiękowe). Tiki mogą występować w postaci prostej lub złożonej.

Tiki ruchowe

Proste: mruganie oczami, wzruszanie ramionami, grymasy twarzy, potrząsanie głową, wysuwanie języka z ust, grymasy uśmiechu lub płaczu, marszczenie czoła, zaciskanie lub wytrzeszczanie oczu itp.

Złożone: podskakiwanie, dotykanie innych ludzi lub rzeczy, wążanie, kucanie, kręcenie się wkoło, oblizywanie się oraz- bardzo rzadko- zachowania samookaleczające (uderzanie lub gryzienie samego siebie) a także kopropraksja (przymus wykonywania wulgarnych gestów) i echopraksja (automatyczne powtarzanie ruchów innych osób) itp.

Tiki wokalne (dźwiękowe)

Proste: pochrząkiwanie, szczekanie, pomrukiwanie, prychnięcie, pociąganie nosem, mlaskanie językiem, głośne wdychanie lub wydychanie powietrza, piszczenie, wzdychanie itp.

Złożone: powtarzanie własnych (palilalia) lub cudzych sylab (echolalia), głosek lub słów, wypowiedanie słów wulgarnych (koprolalia).

Wszystkie rodzaje tików mają charakter mimowolny. Oznacza to, że nie są one działaniem zamierzonym. Część z osób chorych potrafi wstrzymać tiki na okres od kilku sekund do nawet kilku godzin. Powstrzymywanie tików powoduje napięcie fizyczne i psychiczne, a w późniejszym czasie osoba chora musi się "wytikać".

U większości osób chorych na Zespół Tourette'a, tiki przybierają łagodną postać, jednak w poważniejszych przypadkach tiki mogą przybrać cięższy charakter.

ZESPÓŁ TOURETTE'A

Podstawowe informacje dla nauczycieli

Objawy zespołu Tourette'a – pigułka wiedzy

Objawy zespołu Tourette'a:

- niezależne od woli ruchy m.in. mruganie, potrząsanie głową, grymasy, gwałtowne ruchy tułowia, ramion, nóg, ruchy sprawiające wrażenie celowych np. dotykanie nosa, dotykanie innych ludzi, podskakiwanie, wążanie itp.;
- niekontrolowane odgłosy m.in chrząkanie, parskanie, pociąganie nosem, kaszel,
- szczekanie oraz inne dziwne odgłosy, np. gruchanie;
- rzadko: niezależne od woli przeklinanie (koprolalia) lub niecenzuralne ruchy (kopropraksja) oraz echolalia i echopraksja;
- symptomy są zmienne, jedne mogą zastępować drugie; ulega też zmianie częstotliwość i intensywność ich występowania;
- nasilają się pod wpływem stresu, zwykle ustępują podczas snu

Zespół Tourette'a – pigułka wiedzy

- Czasami zespołowi Tourette'a towarzyszą zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne lub zespół nadpobudliwości psychoruchowej z zaburzeniami uwagi.
- Rozwój intelektualny i emocjonalny nie są zaburzone.
- Tiki są dość powszechne u dzieci, ale nie zawsze są objawami zespołu Tourette'a. Oprócz zespołu Tourette'a wyróżniamy tiki przejściowe i przewlekłe.
- W zespole Tourette'a tiki są intensywne, złożone i trwają przynajmniej rok.
- Zespół jest zaburzeniem nieuleczalnym, ale można skutecznie łagodzić jego objawy (metodami psychoterapeutycznymi lub / i farmakologicznymi).
- Bardzo ważna w radzeniu sobie z chorobą jest edukacja osób dotkniętych zespołem Tourette'a, ich rodzin i bliskich oraz osób postronnych (np. kadry pedagogicznej, służb mundurowych).
- Osoba z zespołem Tourette'a powinna mieć równy dostęp do edukacji i pracy oraz móc w pełni korzystać z praw obywatelskich.

ZESPÓŁ TOURETTE'A

Podstawowe informacje dla nauczycieli

O czym trzeba wiedzieć?

Nauczycielu,

Poniżej znajdziesz kilka wskazówek, które mogą być pomocne w pracy z uczniem chorym na zespół Tourette'a.

- W pierwszej kolejności dobrze poznaj objawy zaburzeń tikowych, czym się charakteryzują i jak przebiegają. Porozmawiaj z rodzicami na temat objawów u dziecka, zaburzeń współistniejących, przyjmowanych leków, podjętych form leczenia.
- Uwzględnij, że w niektórych przypadkach dziecko może zażywać leki, które mogą dawać efekty uboczne, jak senność, męczliwość, wzrost masy ciała, sztywność i drżenie mięśni, obniżenie nastroju lub pobudzenie, bóle i zawroty głowy. W trakcie roku szkolnego rodzaj leków i ich dawki być zmieniane, co może mieć wpływ na zachowanie dziecka.
- Nie traktuj dziecka w sposób szczególny czy ulgowy, jakby było osobą ciężko chorą i niezdolną do wykonywania zadań. Staraj się, żeby dziecko nie nabrało przekonania, że „opłaca się” być chorym.
- Nie zwracaj uwagi na tiki oraz nie reaguj na nie złością czy zniecierpliwieniem. Pamiętaj, że tiki są mimowolne - tiki ucznia nie są działaniem zamierzonym.
- Pełnij rolę modelu dla pozostałych uczniów. Daj im przykład, w jaki sposób uczniowie powinni traktować się nawzajem (wzajemny szacunek, zrozumienie i tolerancja).
- Przedstaw klasie informacje na temat zespołu Tourette'a lub daj możliwość przedstawienia ich choremu uczniowi, jeśli on tego chce.
- Unikaj sadzania dziecka w centralnych miejscach w klasie, w których objawy będą łatwo zauważalne przez innych uczniów.
- Pamiętaj, że tiki charakteryzują się dużą zmiennością. To znaczy, że każdego dnia mogą być inne.
- Tiki mogą nasilać się w sytuacjach stresu czy napięcia emocjonalnego, dlatego bądź wyrozumiały dla ucznia na przykład w trakcie sprawdzianu, który może wywołać u niego napięcie/stres.
- Osoby chore na zespół Tourette'a potrafią czasami wstrzymywać tiki (np. w szkole). Generuje to duże napięcie fizyczne i emocjonalne.
- Pokaż choremu na zespół Tourette'a uczniowi, że jesteś jego sprzymierzeńcem.