

# تیک چیست؟

طاهره سلامی  
کارشناس زبانتشناسی تهران

شاید با فردی برخورد کرده باشید که در هنگام صحبت کردن؛ کلمات، عبارات یا حتی رفتار یا حرکتی را مرتباً تکرار می‌کند. البته ممکن است خود فرد متوجه این تکرار نباشد، ولی گاهی اوقات در مخاطب تأثیر خوشایندی ندارد.

این اختلال، تیک (سندرم تورِت) نامیده می‌شود که در این نوشتار به بررسی اجمالی آن می‌پردازیم.

## تیک (سندرم تورِت) چیست؟

تیک، نوعی اختلال نوروبیولوژیک (عصب‌شناختی) - زیست‌شناختی) است که نشانه‌ها و علائم آن به صورت پرش ناگهانی یا انقباض غیرارادی در کلام یا رفتار فرد ظاهر می‌شود و در فواصل زمانی مختلف به طور متناوب تکرار می‌گردد.

تیک‌ها به دو صورت حرکتی (رفتاری) و صوتی (آوایی) ظاهر می‌شوند که هر کدام به دو صورت ساده و مرکب در افراد دیده می‌شود.

تیک‌های حرکتی از نوع ساده می‌تواند به صورت پرش‌های ناگهانی سر، شانه یا حتی کل بدن، چشمک زدن‌های متناوب، چرخاندن چشم‌ها و شکلک در آوردن باشد (اینترنت).

در تیک‌های حرکتی مرکب، «برخی از این حرکات، قالبی بسیار پیچیده پیدا می‌کنند؛ مثل بوکردن اشیاء یا روشن و خاموش کردن پشت سرهم چراغ‌ها» (همان منبع).

تیک‌های صوتی ساده، به صورت صاف کردن گلو، بالا کشیدن بینی، سرفه‌های مکرر و تنفس صداه‌ر و تیک‌های صوتی پیچیده، به شکل بر زبان آوردن لغات یا عبارات به صورت تکیه کلام در افراد بروز می‌کند.

نشانه‌های بیماری تیک (سندرم تورِت) عموماً در دورهٔ کودکی و در اوایل دورهٔ ابتدایی ظاهر می‌شود. این حرکات غیرارادی بیشتر در سن هفت تا یازده سالگی کودک دیده می‌شود که معمولاً زودگذر و موقتی است. البته گاهی هم از

چند هفته تا چند ماه و در مواردی حتی تا میانسالی ادامه پیدا می‌کند.

## خصوصیات تیک (سندرم تورِت)

سندرم تورِت دارای ویژگی‌های زیر است:

۱- نشانه‌های این بیماری در زمانی کوتاه ظاهر و سپس ناپدید می‌شود. برای مثال در یک دورهٔ زمانی تیک‌های بیمار خیلی شدید می‌شود و در زمانی خاص هم ممکن است بیمار هیچ علامت و نشانه‌ای نداشته باشد.

۲- تیک‌ها غیرارادی‌اند و علائم متعدد دارند. شاید بیمار تلاش کند در شرایطی خاص، مثل وقتی که در مهمانی یا مراسمی شرکت می‌کند، این علائم را برای مدتی کوتاه سرکوب نماید، اما وقتی به منزل می‌رسد تیک‌ها با شدت و حتی در مواردی، دفعات بیشتر در او بروز می‌کند.

۳- نشانه‌های این بیماری در طول زمان تغییر می‌کند. در یک سن تیک‌های کودک ممکن است به صورت چشمک زدن و بالا کشیدن بینی باشد و سال بعد به شکل بالا انداختن شانه و صدای کلیک در آوردن با زبان (همان منبع).

## علل ایجاد و تشدید تیک

علل ایجاد این سندرم هنوز به خوبی شناخته نشده است. «عوامل محیطی، عاطفی و هیجانی از جمله مواردی است که در تشدید تیک مؤثرند. افرادی که تیک دارند، در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا و مشکلات اضطراب‌آور، پرش عصبی آنان تشدید شده، برعکس در مواقعی که محیط آرام است و

تيك را از خود نشان می دهد، بی‌اعتنایی کنند و وانمود کنند این حرکات او را نمی بینند» (همان منبع).

لازم است مدرسه هم از بیماری کودک آگاه باشد تا بپذیرد که این نشانه‌ها و رفتارها غیر ارادی بوده، تحت کنترل کودک نیستند.

در شروع درمان کودک بیمار باید اولیای خانه و مدرسه تحت آموزش کامل قرار بگیرند تا کودک مبتلا ناآگاهانه به خاطر رفتارهای خود تنبیه نشود. ولی با وجود این در مواردی به دلیل شدت تیک‌ها کودک رنج می برد. در این شرایط کودک بیمار احتیاج به درمان دارویی دارد.

«مداخلات دارویی در سرکوب تیک تا حدودی مؤثرند. می توان از مداخلات رفتاری نظیر فنون وارونه سازی عادت استفاده کرد تا افراد مبتلا به تیک خود آگاهی بیشتری بیابند و حرکات ارادی را شروع کنند تا تیک‌ها را جبران کنند. سایر روش‌ها از جمله تمرین تمرکز و خودبازبینی نیز وجود دارد. تصور می شود فنون رفتاری و دارو درمانی اثرهای یکدیگر را تقویت می کنند» (اینترنت).

بر طرف کردن شرایط استرس و اضطراب، بهترین روش در کاهش و حتی رفع علامت‌های این بیماری است و کلام آخر این که «آرام و مساعد کردن اوضاع خانوادگی کودک، رفع مشکلات درسی و تطبیق با مدرسه، به خصوص اگر تیک در سنین دبستان و به علت مسائل درسی ظاهر شده باشد، روش مؤثری است» (شرافتی، ۱۳۸۵).

#### فهرست منابع:

-www.roham.ws

-www.irib.ir

- شرافتی، سمیه (۲۰۰۸). روزنامه همشهری.

- ماهنامه دنیای سلامت، بهمن ۱۳۸۴.

- نوایی نژاد، شکوه (۱۳۸۰). رفتارهای بهنجار و نابهنجار کودکان و نوجوانان. تهران: انتشارات انجمن اولیا و مربیان.

ترس و وحشت و نگرانی وجود ندارد، این عمل به حداقل می رسد» (ماهنامه دنیای سلامت، بهمن ۸۴).

عامل مهم دیگری که در ایجاد و تشدید سندرم تورت از اهمیت بالایی برخوردار است، شرایط خانوادگی است. «رفتار والدین با یکدیگر روی کودک تأثیر مستقیم دارد. در مواقعی که والدین با هم قهرند، این سکوت سنگین بر روی فرزندان استرس شدیدی وارد می کند که در مواردی سبب افزایش تیک، شب ادراری و لکنت زبان فرزند می شود» (همان منبع).

#### درمان تیک

در تیک‌های خفیف با وجود تشخیص بیماری، درمان خاصی صورت نمی گیرد و بهبود ناگهانی رایج است و کمتر پیش می آید که تیک‌ها تا بعد از بلوغ باقی بمانند.

والدین و اطرافیان باید توجه داشته باشند که وقتی به طور مکرر به کودک در مورد انجام ندادن حرکات گوشزد شود، کودک روی مشکل خود متمرکز می شود و حتی تیک در کودک افزایش می یابد، از شرکت در جمع دوستان گریزان می شود، اعتماد به نفس او پایین می آید و دچار اضطراب و بدخلقی می گردد. وارد کردن فشار بر کودک برای ترک یا کاهش این رفتارها نه تنها مؤثر نیست، بلکه نتیجه عکس می دهد. «لازم است والدین در جریان تربیت فرزند خود، سن و ظرفیت آنان را در نظر بگیرند و از شیوه تربیتی مبتنی بر تشویق به جای تنبیه استفاده کنند. یعنی در مواردی که کودک تیک ندارد بیشتر به او توجه و نگاه کنند و با او صحبت کنند و بر عکس در مواقعی که حالت‌های