

همه چیز درباره تیک‌های عصبی

یک متخصص کودکان گفت: برای درمان انواع تیک عصبی در درجه اول باید محیط خانواده را بررسی و به اطرافیان گوشزد کرد که انتظارات بیش از حد از کودک نداشته باشند.



یک متخصص کودکان گفت: برای درمان انواع تیک عصبی در درجه اول باید محیط خانواده را بررسی و به اطرافیان گوشزد کرد که انتظارات بیش از حد از کودک نداشته باشند.

دکتر اکبر کوشانفر در گفت‌وگو با خبرنگار سلامت خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا) - منطقه علوم پزشکی تهران، با اشاره به اینکه تیک‌های عصبی میان پسران بیشتر از دختران است، گفت: این حالت ممکن است تا سن میانسالی ادامه داشته باشد. میزان شیوع تیک در خانواده‌ای که عضو مبتلا دارند، به مراتب بیشتر است. تیک ممکن است به دنبال یک حادثه روانی و اضطراب ناشی از حوادث خانه یا مدرسه به وجود آید.

تیک چیست؟

کوشانفر گفت: تیک ختلالی رفتاری به دلیل ناسازگاری شخصیتی، احساس بی‌کفایتی و ناامنی، خصومت، تحریک‌پذیری، لکنت زبان، ترس و دلواپسی است. تیک نوعی پرش ناگهانی یا انقباض غیرارادی عصبی عضلانی است که در هر قسمت از بدن می‌تواند به صورت مزمین یا زودگذر در کلام یا رفتار ظاهر شود.

این متخصص کودکان با اشاره به اینکه تیک در هنگام خواب از بین می‌رود، گفت: تیک کلامی یا رفتاری به دو شکل ساده و مرکب است و از مشخصات آن تکراری و ناموزون بودن آن است. تیک ساده مدت کوتاهی به طول می‌انجامد و بعد از چند هفته یا چند ماه از بین می‌رود.

انواع تیک

کوشانفر گفت: شایع‌ترین تیک‌ها، تیک چهره‌ای است و می‌تواند به انواع مختلف مانند پلک زدن، کشیدن ابروها، گاز گرفتن لب، چین دادن پیشانی و ... تظاهر کند. چرخش غیرارادی گردن در جهت‌های مختلف، بالا انداختن شانه‌ها، کشیدن دست به مو و سر و صورت، خم کردن زانو و حرکات اضافی در راه رفتن در رده تیک‌های گردن و اندام‌هاست.

درمان انواع تیک

کوشانفر با بیان اینکه عوامل محیطی و هیجانی از جمله مواردی شناخته شده‌ای هستند که در تشدید تیک موثر هستند، گفت: این گونه افراد در مواجهه با موفقیت‌های هیجانی و اضطراب و اختلاف‌های خانوادگی پرش‌های عصبی تشدید می‌شود و در مواقعی که در آرامش هستند، این عمل به حداقل می‌رسد.

وی تصریح کرد: برای درمان این گونه رفتارها در درجه اول باید محیط خانواده را بررسی و به اطرافیان گوشزد کرد که انتظارات بیش از حد از کودک نداشته باشند. فشار آوردن روی فرد برای ترک یا کاهش این رفتارها نه تنها مفید نیست بلکه نتیجه عکس دارد و باعث تشدید این گونه رفتارها می‌شود.

این متخصص کودکان یادآور شد: بر اساس تجربه نشان داده شده که تذکر مستقیم یا تنبیه کودک برای ترک رفتار عادت‌ی به هیچ‌وجه موثر نیست، باید از شیوه تربیتی مبتنی بر تشویق استفاده شود.

وی با تأکید بر اینکه باید در مواقعی که کودک تیک ندارد، بیشتر به او توجه و او را نوازش کرد، گفت: چنانچه در درمان تیک با رفتار درمانی بهبودی حاصل نشد، باید چالش‌های درمانی این گونه اختلالات عصبی را مورد تجدیدنظر داد. اولین روش عدم توجه مستقیم به تیک‌ها است که توسط خانواده اعمال می‌شود. در صورت عدم پاسخ به روش‌های غیردارویی، داروهایی توسط روانپزشک کودک تجویز می‌شود.