



発行:そらいろこどもクリニック

「あれ?癖かな?」と思っているその症状。もしかしたらチック症状かもしれませんよ。今回は「チック症状/障害」についてです。

## チックの症状とは

チックは、突発的で不規則な体の一部の速い動きや発声を繰り返す状態です。いろいろありますが、まず**運動チック**と**音声チック**に分かれ、それぞれに**単純性**、**複雑性**に分かれます。

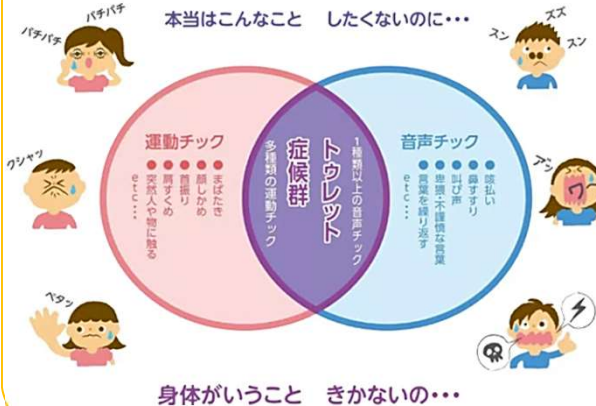
**単純性運動チック**は瞬き、首振り、顔しかめなどがあり、**複雑性運動チック**は物に触る、蹴る、飛び上がるなどがあります。

**単純性音声チック**は、発声、咳払い、鼻鳴らしなどがあり、**複雑性音声チック**は汚言(人前や社会的な場で、言うことがばかれるような汚い言葉を言ってしまう)、反響言語(人の言ったことを繰り返してしまう)などがあります。

一見、乱暴と思われる行動や非常識と感じられる言動が、チックの症状である可能性もあります。不安、興奮、強い疲労によって症状が悪化し、落ち着いて集中している時には改善します。くついでリラックスしているときは症状が目立つこともあります。眠っている時には症状は出現しません。

チック障害は、症状の持続が4週間以上12か月未満の**一過性チック障害**、12か月以上持続し、3か月以上持続してチックが消失することがない**慢性チック障害**、同様の持続期間でかつ多様な運動チックと一つまたそれ以上の音声チックがある**トゥレット障害**に分類されます。

(日本小児神経学会より)



チックの症状、重症度は様々で小児の約20% (5人に1人) にみられます。18歳未満(典型的には4~6歳)で始まり、重症度は10~12歳でピークを迎えることが多いです。

症状は、自然に強くなったり弱くなったりしながら、成人になるにつれて大部分の方で改善・あるいは消失すると言われていいます。最終的にはほとんどの症状が落ち着きますが、約1%の方で成人期まで続くと言われていいます。

トゥレット症候群はその中で最も重症型であり、小児1000人あたりに3~8人と言われています。

## チックの原因

完全には明らかになっていません。かつては心理的なストレスなどが原因になると言われていましたが、近年の研究では遺伝要因や脳内物質のアンバランスによって起こるとの報告があります。ストレスがチックの症状を悪化させる誘因にはなりますが、発症そのものの原因になるわけではないとのことです。



## 症状が出やすい年齢・性別は?

3~10歳に発症することが多いです。特に小学校入学前後が多く、男女を比較すると男の子の方が多く発症するとされています。

(男の子2-3:女の子1)



## 治療方法は?どんなことに気をつければいいのか?

チックの症状に注意を向けると症状が悪化するので、気にしないことが何よりも大切です。癖かと思ってやめるよう注意したり、わざとやっているのかと叱ったり、必要以上に周囲が心配するとかえって症状を悪化させることがあります。

とはいえ、症状が出続けているのを見ている家族の方は、やはり心配になると思います。本人も自分の意思に反して出てしまう症状に困っているかもしれません。そのような時は、本人の思いに共感し、安心させる言葉をかけてあげてください。チック症状をなくすことを目標にするのではなく、上手に付き合っていくことを促すことも大切です。チックは不安や緊張、疲労の影響を受けて症状が変動することから、不要な緊張や不安を減らす環境調整を行うことも重要です。



家庭内だけではなく、本人が日常の大半を過ごしている学校などの理解やサポートも欠かせないため、状況を伝えておくことも必要です。

治療薬としては、症状に合わせて漢方薬が効果を表すこともあります。重症の場合は専門の科により処方される薬を使う場合もあります。症状が気になるときは受診して相談してください。

## 今月の絵本

こりゃ まてまて 中脇初枝 ぶん 酒井駒子 え

歩き始めたばかりの子がお散歩に出かけます。こりゃ まてまて・・・色々な生き物に出会いますが・・・ヨチヨチ歩く姿や表情がとてもかわいいです。優しい描写でほっこりします。

クリニックの本棚にあるよ!



## おしらせ

夏かせと言われる感染症や、ウイルス性胃腸炎が流行しています。みなさん、感染に気を付けてください。

来月は8/11(日)~8/15(木)が休診となります。



次回もおたのしみに~