

Turetta sindromi

Turetta sindromi nima?

Turetta sindromi bolalik davridan boshlanadigan nevrologik va genetik xususiyatga ega kasallik hisoblanadi. Turetta sindromi bolalarda bir yildan ortiq davom etadigan, motor tiklar deb ataladigan turli takroriy, ma'lum tartibdagi harakatlar hamda vokal tiklar deb nomlanadigan ixtiyorsiz chiqariladigan tovushlarga ega bo'lganlarda tashxislanadi. Aksariyat Turetta sindromi holatlarida tiklar bir nechta muammolarga sabab bo'ladi. Ushbu kasallikka chalingan kishilarning aksariyatida hech qachon so'kinish tiklari (koprolaliya deb ataladigan) kuzatilmaydi. Tiklar ko'pincha qayerda, qanchalik tez-tez sodir bo'lishi va vaqt o'tishi bilan qanchalik kuchli bo'lishi bilan o'zgarib turadi. Voyaga yetganda tiklar kamayishi yoki to'xtashi mumkin.

Vaqtinchalik tik buzilishi bolalarda qisqa muddat davomida bir yoki undan ortiq tik holati kuzatilganda tashxislanadi. Ba'zi bolalarda alomatlar davom etadi va ularga Turret sindromi, surunkali motor tik buzilishi yoki surunkali vokal tik buzilishi tashxisi qo'yiladi. Bola klinikaga birinchi marta murojaat qilganda, unga tibbiy tashxis sifatida "Vaqtinchalik tik buzilishi" qo'yilishi mumkin. Agar bola ko'rikdan o'tkazilganda ota-ona ilgari kuzatilgan, ammo hozirda to'xtagan tiklar haqida ma'lumot bersa, shifokor "O'tkinchi tik buzilishi" tashxisini qo'yishi mumkin. Bu tashxis shunchaki bolalik davrida mavjud bo'lgan tiklar endi to'xtaganini bildiradi.

Bolalik davridagi qisqa muddatli tiklarni aksariyat hollarda izohlab bo'lmaydi. Ular uchun hech qanday diagnostik tekshiruv yoki davolash talab etilmaydi. Bolalik davridagi tiklarning qisqa davrlari ijtimoiy oqibatlariga deyarli olib kelmaydi yoki umuman ta'sir qilmaydi hamda bolaning hayot sifatiga xalaqit bermaydi. Kichik yoshdagi bolalarda tiklar keng tarqalgan holat hisoblanadi. Agar boshqa tibbiy, jismoniy yoki emotsional muammolar bo'lmasa, bunday tiklarga e'tibor berilmasligi kerak.

Tiklar xavotir yoki obsessiv-kompulsiv buzilish (OCD)ga ega bo'lgan katta yoshdagi bolalarda, shuningdek, autizmga ega bolalarda keng tarqalgan. Ba'zan dori vositalari ham tiklarning paydo bo'lishiga hissa qo'shishi mumkin.

Turetta sindromi irsiy xususiyatga ega deb hisoblanadi, chunki u oilalarda avloddan-avlodga o'tadi. Turetta sindromiga chalingan bolalarning taxminan 90%ida kamida bitta qarindoshida, odatda bolalik davrida, tik alomatlari kuzatilgan bo'ladi.

Turetta sindromini tashxislash uchun tibbiy tekshiruv zarurmi?

Turetta sindromi yoki tik buzilishlarini aniqlash uchun hech qanday tibbiy test mavjud emas. Agar nevrologik alomat tiklar bo'lsa va nevrologik hamda tibbiy tekshiruv natijalari boshqa jihatdan normal bo'lsa, qo'shimcha testlar o'tkazish shart emas. Tajribali shifokor bolani shaxsan ko'rikdan o'tkazganda, batafsil anamnez yig'ish va jismoniy tekshiruv yuqori aniqlik bilan natija beradi.

Tiklar qachon davolanishi kerak?

Tiklar og'riq keltirsa yoki bolaning hayotiga xalaqit bersa, ularni davolash kerak. Tiklarni kamaytirishdan olinishi mumkin bo'lgan foyda dori vositasining nojo'ya ta'siri xavfi bilan solishtirilishi lozim.

Tiklar juda kam hollarda zararli bo'ladi. Hech qanday davolash tiklarni butunlay yo'qota olmaydi, biroq ular oxir-oqibat o'z-o'zidan yo'qolishi mumkin. Odamda tiklarning mavjudligi dori vositalarini qo'llash zarurligini anglatmaydi. Ko'pincha kichik yoshdagi bolalarda ota-onalar tiklardan bolaning o'zidan ko'ra ko'proq xavotirlanadilar.

Tiklarni dori vositalarisiz davolash mumkinmi?

Tiklar dori vositalarisiz ham yaxshilanishi mumkin. Bola yoki o'smir uchun uni qo'llab-quvvatlovchi muhit yaratish tiklarning kamayishiga yordam berishi mumkin. Agar tiklar bolaning hayotiga jiddiy ta'sir ko'rsatmasa va boshqa qo'shimcha muammolar paydo bo'lmasa, uni uyda o'zini erkin tutishiga imkon berish hamda tiklar haqida tashvishlanmaslikni o'rgatish ko'pincha eng yaxshi yondashuv hisoblanadi. Agar diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik buzilishi (ADHD), OCD, xavotir yoki tushkunlik alomatlari mavjud bo'lsa, ba'zida ushbu muammolarni davolash tiklarning kamayishiga yordam berishi mumkin. Masalan, ayrim hollarda diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik buzilishi (ADHD) yoki xavotirni samarali davolash natijasida tiklar asta-sekin kamayadi. Ko'plab bolalar va kattalarda tiklarni kamaytirishga yordam berishi isbotlangan xulq-atvor terapiyasi mavjud. Bu usul "Tiklar uchun kompleks xulq-atvor intervensiyasi" (CBIT) deb ataladi. Cincinnati Children's Harakat buzilishlari klinikasi (Movement Disorders Clinic) nevrologlari ushbu davolash usulini taklif etadigan psixologlar bilan hamkorlikda ishlaydilar.

Agar tiklar noqulaylik tug'dirsa, yordam berishi mumkin bo'lgan ayrim dori-darmonsiz usullar quyidagilardir:

- Bolaga tiklariga qaramay, uni sevishlari va qabul qilishlarini anglashiga yordam bering.
- Bolaga mas'uliyatni his qilishga yordam bering. 4- sinfga kelib, ideal holda bola kattalarga (o'qituvchilar, murabbiylar, qarindoshlar) va boshqa bolalarga "Menda tiklar bor" yoki, agar to'g'ri bo'lsa, "Men Turetta sindromiga chalinganman", deb bermalol ayta olish darajasiga yetishi kerak. Hazil yordam berishi mumkin, masalan: "Bugun tiklar kuni menga yoqmayapti, bu esa meni g'ashimga tegyapti" deyish kabi. Tik kasalligini yashirishga urinayotgan yoki tik haqidagi savollarga e'tibor bermaydigan, bunday savollardan qochadigan bolalar, bu mavzuda ochiq bo'lgan bolalarga qaraganda, Turetta sindromining ijtimoiy muammolarini unchalik samarali boshqarmaydilar.
- Yaxshi natijalarga erishish masxaralashning oldini olishga yordam beradi. Musiqa, sport yoki boshqa mashg'ulotlarda a'lo darajada bo'lgan bola o'zi bilan faxrlanishi va boshqalar tomonidan hurmat qilinishini his qilishi mumkin. Bunday hurmat o'z-o'ziga bo'lgan ishonchni oshiradi va tengdoshlar tomonidan masxaralashni kamaytirishi mumkin.
- Aka-uka, opa-singillar, buva-buvilar va boshqa barcha oila a'zolariga tiklar normal ekanligini tushuntiring. Uyda tiklarga e'tibor bermang. Aka-uka va opa-singillar tiklar bilan masxara qilmasligi kerak.
- Bola sinfdan tiklarini nazorat qila olishi uchun sinfdan qisqa tanaffuslar, masalan, qo'shimcha hojatxona yoki ofisga borish imkoniyatlarini taklif qiling.
- Stressni kamaytirish, jismoniy faollik, yetarli uyqu va sog'lom ovqatlanishni rag'batlantiring.
- Video o'yinlarga taqiq qo'yilmaydi. Biroq, haddan tashqari foydalanishdan qaytarilishi kerak.

Tiklarni kamaytirish uchun dorilar haqida asosiy jihatlar:

Tiklar shunchaki payqalgani uchun davolanmasligi kerak. Tiklar zararli emas va ko'plab bolalarda dori vositalari bilan davolash talab etilmaydi. Tiklarni davolash qarori, tiklarning bolaning hayot sifatiga ta'siriga asoslanadi. Ba'zi bolalar juda tez-tez tiklar bo'lishiga qaramay, uyda, ijtimoiy hayotda va maktabda yaxshi faoliyat ko'rsatadilar. Bunday hollarda odatda tiklarni davolash zarur emas. Ko'p hollarda davolash tiklarni butunlay yo'q qila olmaydi.

Dori vositalari bilan davolash foydali bo'lishi mumkinagar tiklar quyidagi holatlar bilan bog'liq bo'lsa:

- **Og'riq:** Ba'zan tez-tez sodir bo'ladigan tiklar mushak og'rig'i yoki bosh og'rig'iga sabab bo'ladi. Ba'zi tiklar bilan birga keladigan sezgirlik hissi

og'riqli yoki doimiy bezovta qiluvchi bo'lishi mumkin. Ba'zi bolalarda o'zini jarohatlaydigan tiklar, masalan, chimchilash yoki urish kuzatiladi.

- **Ijtimoiy/psixologik muammolar:** O'rta va yuqori sinf bolalarida tiklar tez-tez kuzatilsa, ular bilan bog'liq stigmatizatsiya, masxaralash va hatto zo'ravonlik muammolari paydo bo'lishi mumkin. Maktab yoshidagi bolalarning ota-onalari bola bilan kimdir tiklar haqida so'raganda yoki masxara qilganda nima deyishni gaplashib olish kerak. Bolalar shunday deyishlari mumkin: "Bu shunchaki odat", "Bu shunchaki men qiladigan narsa", "Bu tik", yoki "Men Turetta sindromiga chalinganman". Ba'zan sinfdagi boshqa o'quvchilarni xabardor qilish maqsadida taqdimot o'tkazish yordam berishi mumkin.

O'smirlar orasida tiklar kayfiyat o'zgarishi, xavotir, qayg'u yoki tushkunlikni keltirib chiqarishi yoki kuchaytirishi mumkin. Amerika Turetta assotsiatsiyasiga a'zo bo'lish shu kasallik alomatlari bor boshqa bolalar bilan tanishish va Turetta sindromi bilan yashaydigan muvaffaqiyatli yoki mashhurlar haqida ma'lumot olish uchun foydali bo'lishi mumkin.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, ota-onalar tiklarning ijtimoiy oqibatlari haqida bolalardan ko'ra ko'proq xavotirlanadilar.

- **Funksional buzilish:** Tiklar juda tez-tez kuzatilganda, ular o'qish, yozish, gapirish, musiqiy asbob chalish yoki sport bilan shug'ullanishga xalaqit berishi mumkin. Yaxshiyamki, bu kam uchraydigan holat. Bola to'p tashlash navbati kelishini kutayotganda tik qilishi mumkin. Biroq, to'p tashlangach, bola to'pni urishga diqqatini qaratganda tiklar yo'qoladi.
- **Sinfda xalaqit qilishi:** Ba'zan bolada juda baland ovozli tik paydo bo'lishi mumkin. Tez-tez burun tortish yoki tomoq qirish kabi tiklar ham kasallik alomatlari sifatida noto'g'ri talqin qilinishi va sinfda bezovtalikka sabab bo'lishi mumkin. Agar ovozli tiklar tez-tez takrorlansa, ular oilada va sinfda bezovtalikka sabab bo'lishi mumkin.

Tiklarni davolashda qo'llaniladigan dorilar haqida bilish lozim bo'lgan jihatlar:

- Dori vositalari tiklarni butunlay davolamaydi. Dori vositalari asosan alomatlarni yengillashtiradi.
- Dori vositalari kamdan-kam hollarda tiklarni 50% dan ko'proq kamaytiradi. Dori vositalari qo'llanganda ham, tiklarni boshqalar sezishi ehtimoli yuqori.
- Kattalarda odatda tiklar kamayadi, ular bolaligida davolangan bo'lishidan qat'i nazar. Tiklari bor odamlarning aksariyatida alomatlar

bolalik davrida kattalikdagiga qaraganda og'irroq bo'ladi. Bolalikda tiklarni davolash uchun dorilar qo'llanishi kattalik davrida tiklar ehtimolini oshirishi yoki kamaytirishini tasdiqlovchi hech qanday dalil yo'q.

- To'g'ri dori vositasini tanlash sinov va xato jarayonidir. Bitta dori hamma uchun mos kelavermaydi. Barcha dori vositalarining mumkin bo'lgan nojo'ya ta'sirlari mavjud.
- Dorilar ta'sir qilishi uchun ularni har kuni qabul qilish kerak. Bolalarda tiklar kuchaygan kunlarda zarurat tug'ilganda qo'llaniladigan isbotlangan davolash usullari mavjud emas. Foydali ta'sir bir necha kun yoki hafta ichida namoyon bo'lishi mumkin.
- Davolashni kichik dozadan boshlash, asta-sekin oshirish va keyinchalik sekin-asta kamaytirish kerak. Agar davolash kichik doza bilan boshlanib, asta-sekin oshirilsa, nojo'ya ta'sirlar kamroq uchraydi. Biror dori vositasini to'xtatishga qaror qilinganda, uni birdan emas, balki sekin-asta kamaytirib bekor qilish kerak.

Tiklar va Turetta sindromini davolashga yondashuv

Uzoq muddatli tiklari yoki Turetta sindromi bo'lgan bolalarda ko'pincha diqqat yetishmovchiligi va giperaktivlik buzilishi (ADHD), xavotir, obsessiv-kompulsiv buzilish yoki o'qishdagi qiyinchiliklar kabi boshqa muammolar ham uchraydi. Davolash usul(lar)ini tanlashda bularning barchasi inobatga olinishi kerak. Quyida bizning bolalar va ularning oilalari bilan ishlash yondashuvimiz keltirilgan.

- Farzandingizning alomatlarini darajalash. Ko'plab bolalarda ADHD yoki OCD alomatlari tiklarga qaraganda ko'proq bezovtalik tug'diradi.
- Eng ko'p tashvish tug'dirayotgan alomatdan boshlab, tibbiy bo'lmagan va tibbiy davolash usullarini ko'rib chiqing.
- Agar eng ko'p tashvish tug'dirayotgan muammo ADHD bo'lsa, stimulyator dorilarni qo'llash hali ham maqbul bo'lishi mumkin. Shifokoringiz bilan ijobiy va salbiy tomonlari haqida gaplashing.
- Davolash mumkin bo'lgan ikkita muammo bo'lsa ham, bir vaqtning o'zida ikkita dori bilan davolanishni boshlamang. Agar nojo'ya ta'sir ro'y bersa, qaysi dori sababchi ekanligini aniqlash qiyin bo'ladi. Ba'zida bitta dori ikki xil alomatga yordam berishi mumkin.
- O'zlashtirishdagi muammolari jiddiy bo'lsa, maktab tizimi yoki psixolog yordamida rasmiy psixologik-ta'limiy tekshiruv o'tkazishni o'ylab ko'ring. Tik bilan kasallangan bolalarning aksariyati normal o'zlashtirish darajasiga ega bo'lsa-da, o'rganishdagi nuqsonlar va xulq-atvor muammolari hali ham ko'p uchraydi. Psixologik yoki ta'limiy testlar ba'zi boshqa tashxislar mavjudligini aniqlashga yordam beradi. Masalan,

ADHD kasali bo'lgan bolalar deb tuyulgan ba'zi bolalarda aslida tashvish yoki tushkunlik kabi boshqa ruhiy kasalliklar bo'lishi mumkin.

- Agar ota-onada xavotirlanish, jahldorlik, tushkunlik yoki giyohvand moddalar iste'moli kabi muammolar davom etayotgan bo'lsa, faqatgina tikka qarshi dori-darmonlar berib bolaning xulq-atvorini yaxshilanishini kutish noto'g'ri bo'ladi.
- Agar xulq-atvor, impulslarni nazorat qilish va/yoki g'azablanish muammolari yomon bo'lsa, dori-darmonlarning o'zi yetarli bo'lmayligi mumkin. Yordam berishi mumkin bo'lgan tajribali psixologni toping. Bu ayrim bolalar uchun dori-darmonlardan ham muhimroq bo'lishi mumkin va bolalik hamda o'smirlilik davrida bir necha bor zarur bo'lishi ehtimoli bor. Kichik yoshdagi bolalarning xatti-harakatlarini boshqarishga yordam berish uchun oilaviy terapiya yoki ota-onalarni o'qitish kerak bo'lishi mumkin. Ko'plab holatlarda, eng maqbul psixologik davolash usuli kognitiv xulq-atvor terapiyasi hisoblanadi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, dori-darmon va xulq-atvor terapiyasini birlashtirish ko'pincha eng yaxshi strategiya hisoblanadi.

[H4] Xulq-atvor muolajasi (CBIT)

Tiklar uchun kompleks xulq-atvor intervensiyasi deb ataladigan xulq-atvor terapiyasi sinchkovlik bilan o'tkazilgan tadqiqotlarda Turetta sindromi alomatlarini boshqarishda foydali ekanini isbotlangan. Cincinnati Children's Harakat buzilishlari klinikasi (Movement Disorders Clinic) nevrologlari bolalar va o'smirlarni ushbu davolash uchun ko'pincha psixologlarga yo'naltiradilar.

Turetta sindromi yoki tiklarni yo'q qilish uchun maxsus muolaja yo'q bo'lsa-da, ularni boshqarish usullari mavjud. Agar savollaringiz yoki xavotirlaringiz bo'lsa, farzandingizning shifokoriga yoki Cincinnati Children's Harakat buzilishlari klinikasiga (Movement Disorders Clinic) murojaat qiling.

Last reviewed 10/2023 by Dr. Donald Gilbert