不要覺得我很怪

文：黃隆正（奇美醫學中心精神科主治醫師）

|  |
| --- |
| **我們想讓你知道的是**  **妥瑞氏症候群（Tourette Syndrome）是一種從孩提時期發病的遺傳疾病，這種病症男多於女，起因於大腦內的多巴胺受體過度活化。**  是一種從孩提時期發病的遺傳疾病，這種病症男多於女，起因於大腦內的多巴胺受體過度活化，造成患者頻繁展現出某些特定的動作或言語，然而患者本身並無法控制這些表現，即使在許多人的面前也會突然發作，因此妥瑞症的孩童也更容易在人際關係上面臨挑戰，進而影響心理發展。 |
| 症狀  妥瑞症的患者會不自主發出某些聲音或動作，這種突如其來的重複性行為稱作「tic」。分為動作型和聲音型兩種。  1.動作型的tic:可能表現為眨眼、皺眉、做鬼臉、聳肩、抓癢或是其他各種不同的動作。  2.聲音型的tic:可能是咳嗽、突然大叫甚至是罵髒話等等表現，上述表現往往陣發性的發生，狀況時好時壞。  而妥瑞症患者的症狀通常會合併聲音型和動作型兩種tic，但兩者不一定會在同一個時段發生。 |

|  |
| --- |
| 治療  根據妥瑞症症狀的嚴重與否，選定的治療方法也有所不同，輕度的妥瑞症患者有時根本不需要接受治療，關鍵就在於症狀是否會影響患者的日常生活。若要選擇治療的話，建議先嘗試非藥物性的行為治療，其治療方法為訓練妥瑞症患者察覺到tic來臨的前兆，一旦有預感自己即將表現出tic，便試著做出某些相反或是較不影響他人反應來取代原有的tic，如此一來便可減少症狀對自己及他人的影響。 |
| 結論  相較於其他疾病，妥瑞症的症狀鮮少對身體健康造成危害，反而是對患者的人際關係產生影響。換句話說，在患者本身努力對抗症狀的同時，患者周遭的親朋好友也必須盡一份心力，接納並且包容妥瑞症的特殊症狀。  尤其妥瑞症會在孩提時代發病，患者正處於發展健全心理的重要階段，除了家裡的親人之外，學校的老師也必須理解這種疾病，並引導班上的同儕與患者融洽相處，要求患者靠意志力壓制症狀或許能暫時減緩，但往往會在一段時間後展現出更加嚴重的症狀反饋。  所以最佳的應對方式就是把患者的症狀合理化、正常化，營造出患者即使展現出症狀也不會受到壓力的社交環境，才是真正對患者有幫助的做法。 |