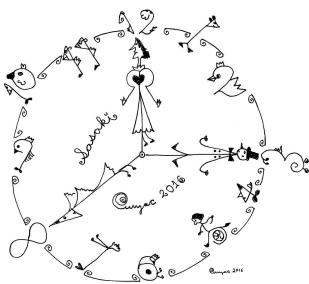


## チック症



- チック症とは、無意識のうちに、顔をしかめたり、まばたきをしたり、肩をゆすったり、咳払いをしたりしてしまうことです。
- 止めようと思っても、ついついやってしまう癖です。
- 学校でのストレス、家庭内の問題、環境の変化、友人関係、などなどが引き金になることがあります。原因が判明することは少なく、大多数は理由もなく起こります。
- 約4～6ヶ月で自然と治りますが、くり返すこともあります。

### チック症とのつきあい方

どうしたら治る？

- 治そうと努力しないことが大切です。
  - チック症の原因探しをしないこと。
    - 「叱りすぎたかしら？」
    - 「今度の担任のせいかしら？」
    - 「部活が合っていないのかしら？」
    - 「塾が負担になっているのかしら？」
    - 「親友とうまくいっていないのかしら？」
    - 「おばあちゃんが甘やかせすぎのかしら？」
- とりあえず、待ってみましょう。  
でも、子どもの負担を減らしてあげることは大切です。

チック症の多くは自然と治るので心配ありませんが、チック症でも注意を要する病気があります。

## トゥレット症候群

■ 小児期に発症し、音声チックと複雑な運動チックが、慢性的に何年間も続く病気です。遺伝要因と環境要因の両方が関係しているとされています。大脳基底核という運動の調整に関わる部位を含めた脳内回路の異常が考えられています。

- **音声チック**とは、
 

短い叫び声	(あっ、うっ)
うなり声	(うーうー……)
ため息	(あーあ、ふー)
汚言症	(ばか、うんこ、○×△○×)

 などの声が無意識に出る。
- **運動チック**とは、
  - 顔をしかめる、首を振る
  - 腕や肩を振り回す
  - 体をねじったり揺すったりする
  - 自分の体を触ったり叩いたりする
  - 他人の身体や周囲のものなどにさわる
  - 口の中を噛む
  - など、生活に支障を来すような大きな動き。
- トウレット症候群に合併しやすい病気
  - 強迫症/強迫性障害、注意欠如・多動症/注意欠如・多動性障害があります。また、睡眠障害、学習障害、自閉スペクトラム症/自閉症スペクトラム障害、不安、抑うつ傾向、怒り発作などがみられることもあります。
- トウレット症候群の疑いがある時には専門家による治療が必要になります。