

妥瑞症 (Tourette syndrome)

抽搐障礙： 抽動症狀是不隨意的、突然而又重複的肌肉抽動。當中可以分為「簡單型運動抽動」、「複雜型運動抽動」、「簡單型語聲抽動」及「複雜型語聲抽動」

妥瑞症，這是一種遺傳性神經疾病而非精神病。患者會同時出現動作及聲語的抽動，並持續一年以上。基因是導致妥瑞症的主要成因，患者一般於年幼時就會出現病癥。這些病癥是由於患者腦部的多巴胺過度活躍，以致其前額葉與基底核之間的神經迴路發生問題。抽動會對患者的日常生活帶來不同程度的影響和情緒困擾

妥瑞症患者因為需要長期應對突如其來的抽動或非能自控的種種困難；以及面對社會對這種疾病所引致症狀的敏感反應。患者可能出現精神健康問題，如抑鬱症、強迫症、專注力不足 / 過度活躍症、學習障礙等問題

症狀： 妥瑞氏症的典型症狀是快速短暫、重複和不自主的肌肉抽動及或 聲語抽動症狀會於 18 歲前出現。

- 「簡單型」運動抽動：眨眼、眼部動作、噁臉、鼻子顫動、口部動作、搖頭晃腦、聳肩
- 「複雜型」運動抽動：比較緩慢和彷彿有意思的面部表情、咬自己、做手勢、長時間旋轉身體
- 「簡單型」語聲抽動：清喉嚨、咳嗽、嗤鼻聲、吐口水、咕嚕聲、吸吮聲
- 「複雜型」語聲抽動：發出奇怪聲音彷彿較有“意義”的言辭，如音節、字詞、片語、句子、模仿言語、穢語

介入方法： 行為治療：
教導患者藉有意識的行為，並留意每次不自主抽動的情況
情緒管理教育及鬆弛技巧訓練

藥物治療：
藥物能夠對部分患者的某些抽動症狀起著控制效用
大約 30%-40% 的患者長大後，症狀會隨之消失，但仍有 30% 病人症狀會持續到成人階段

成因： 目前尚無法肯定導致這些抽動症狀的主因，而許多研究證據顯示，症狀源於經傳導物質 - 多巴胺 (dopamin) 的代謝異常及高反應性所致

求助途徑：如發現子女出現不自主的、突然的及重複的肌肉抽動，請立即向私家診所醫生、醫院管理局及或普通科門診求醫

給家人、老師及
朋友的小貼士：

家長：

1. 要明白抽動是不隨意的，雖然患者可以短暫抑壓抽動，但隨後會有更強烈抽動。因此家長不應責怪孩子，宜應理解其病患

老師：

1. 要明白抽動是不隨意的，雖然患者可以短暫抑壓抽動，但隨後會有更強烈抽動。因此老師不應責怪學童故意抽動和發出聲音
2. 清楚知道學童出現抽動行為或聲音便可以，而不用在課堂上刻意強調以減少歧視的最好的方法
3. 學童的不自主抽動和聲音容易引起同學的反感和排擠，令學童的自信下降和人際關係支援薄弱
4. 透過教育提升同學們 對妥瑞症患者的認知及接納
5. 安排朋輩支援，安排幾位友善同學多陪伴學童
6. 在考試安排上作出彈性配合，可安排獨立的地方應試和延長作答時間
7. 安排妥瑞症學童參與感興趣的課外活動，以建立自信心和專注活動去減壓

妥瑞症患者：

如果被人欺負，要先保持冷靜，向父母及可信任的人傾訴

請記著你也擁有常人平等及安全的權利，不會因患有妥瑞症而被肆意欺負

要為自己打氣：

1. 患有妥瑞症不是自己過錯，亦不會降低自己人生價值，我值得被尊重和得到合理對待
2. 接受藥物治療及行為治療及鬆弛練習以減少妥瑞症或抽搐對日常生活的影響
3. 即使有妥瑞症，但不能控制我及阻止我追求人生夢想

其他資源：References

香港妥瑞症協會

<https://tourette.org.hk/zh/about-tourette-syndrome-zh/>

Tourette Syndrome Association of Australia

https://tourette.org.au/wp-content/uploads/2014/05/TSAA_ZH.pdf