

子どものチック症について

幼児期から学童期のお子さんで、体の一部が突然、不規則な早い動作を繰り返す、鼻を鳴らす、一瞬「あっ」「ひっ」などの声が出てしまう、といった症状は、「チック症」と呼ばれます。

- ① チックには、素早く単純な動きや音声がみられる「単純性チック」と、筋肉が複雑に運動したり言葉を発したりしてしまう「複雑性チック」があります。複雑な運動を伴うチックには、しゃがみ込む、飛び上がる、手のジェスチャーを伴うなど、あたかも日常生活の中の一部のような動作も見られます。これらの動きは、本人の意思とは関係なく起こります。
- ② チック症には、一過性で1年以内に軽くなっていくタイプと、動作が増えたり減ったりしながら1年以上続くタイプがあり、慢性の経過に加えて複数のチックと音声を伴うチックが目立つ「トゥレット症」と呼ばれるタイプがあります。
- ③ チック症の原因としては、脳の中の神経伝達物質の体質的な関与が考えられており、親の育て方や本人の性格が原因で起こるものではありません。単純性で一過性の場合、ストレスや環境の変化などで症状が変わります。

チック症を持つお子さんへの関わり方

チック症状は増えたり減ったり、種類が変わったりを繰り返すことが多いといわれています。動作にあまり注目せず、少しの変化を気にし過ぎないようにすることで、自然に治るお子さんもたくさんいます。症状だけに着目せず、むしろ長所を含めて全体を受け止めたうえで、チック症状が持続しながらも前向きに生活していけるように周囲が理解を示すことも重要です。症状が強いとき、思わず「やめなさい」と言いたくなってしまうかもしれませんが、何も言わずに落ち着くまで待っていてあげると良いでしょう。

複雑性チックや慢性の経過のタイプも、ストレスを減らすことや、チック症に対して周囲があまり神経質にならないなどの関わり方の工夫で、症状を軽減できる場合もあります。しかし、本人がチック症のために困るといった自覚症状や、環境から不利益を感じる場合には、認知行動療法や薬物療法が必要になります。