

โรค Tics

“หมอครับ ลูกผมมีนิสัยชอบกระพริบตา ขยิบปาก ทำซ้ำๆถามก็บอกว่าคันตาพาไปตรวจตา หมอตา ก็บอกว่าไม่มีอะไรผิดปกติพ่อกและแม่บอกให้หยุดทำก็ไม่หยุด ดุ๊กแล้ว ตีก็แล้ว กลัวว่าจะติดนิสัยไปจนโต ว่าลูกผมจะติดนิสัยไปจน โตไหมครับ”



เด็กชาย 5 ขวบ ยืนหลบหลังพ่อ สีหน้าแววตาหวาดหวั่นกระพริบตา ขยิบปากซ้ำๆ พร้อมทั้งพยายามเอามือจับหน้า ให้หยุดขยับ

อาการที่เด็กชายคนนี้เป็นเรียกว่า Tics (ติก) เป็นโรคที่เกิดจากความผิดปกติทางระบบประสาทอย่างหนึ่ง ไม่ใช่โรคที่เด็กแกล้งทำหรือเป็นนิสัย โดยเป็นการเคลื่อนไหวผิดปกติที่เกิดขึ้นโดยไม่ตั้งใจที่มีลักษณะเป็นการกระตุกของกล้ามเนื้อหรือการเปล่งเสียงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทันทีทันใด และเกิดขึ้นซ้ำๆ โดยมีลักษณะเฉพาะแยกจากโรคอื่น ดังนี้

1. Tics มีลักษณะคล้ายคลึงกับการเคลื่อนไหวที่เกิดตามปกติ เช่น กระพริบตา ยกคิ้ว ย่นจมูก ยกไหล่ หรือ เปล่งเสียงกระแอม

“เป้าหมายของการรักษาไม่ได้อยู่ที่การมุ่งรักษาอาการ Tics แต่คือการทำความเข้าใจโรคช่วยให้เด็กสามารถปรับตัวได้และมีพัฒนาการดีขึ้นในทุกด้าน”



<https://www.netterimages.com>

2. การเคลื่อนไหวผิดปกติแบบ Tics มักเปลี่ยนแปลงไปตามเวลา เช่น เดือนนี้อาการเป็น กระพริบตา อีก 1-2 เดือนถัดไปอาการอาจเปลี่ยนเป็น ย่นจมูก กระแอมไอ หรือเปร่งเสียงดังออกมา เป็นคำพูดหรือคำหยาบได้
3. อาการอาจจะยับยั้งได้ชั่วขณะแต่ก็ไม่นานอาการจะเป็น เหมือนกับการกลั่นแกล้งที่สามรถกลั่นได้ชั่วขณะ แต่สุดท้ายจะจามออกมาแรงๆ อาการ Tics ก็เช่นกัน
4. ก่อนเกิดอาการ Tics มักจะมีความรู้สึกนำมาก่อน เช่น ในเด็กกรายนี้เมื่อมีอาการเหมือนคันตา จึงต้องกระพริบตา หรือกรณีมีเสียง เด็กจะรู้สึกคันคอจึงกระแอมหรือตะโกนออกมา ซึ่ง ในแต่อาการก็จะมีความรู้นำแตกต่างกันไป

โรคนี้พบได้บ่อยแค่ไหน

ในเด็กวัยเรียนพบได้สูงถึงร้อยละ 20 โดยอาการมักเป็นชั่วคราวไม่เกิน 1 และหายได้เอง ในบางรายที่มีอาการเรื้อรังเกิน 1 ปีพบได้ร้อยละ 2-5 และบางคนที่มีอาการเคลื่อนไหวซ้ำร่วมกับการส่งเสียงซ้ำซึ่งเป็นอาการ Tics ที่รุนแรงกว่าเรียกว่า Tourette's พบได้น้อยกว่า พบได้ร้อยละ 0.3-1

โดยอาการ Tics นี้พบได้บ่อยในเด็กผู้ชายมากกว่าเด็กผู้หญิง ในอัตราส่วน 5:1

สาเหตุของ โรคเกิดจากอะไร

การศึกษาในปัจจุบัน เชื่อว่าเกิดจากปัจจัยร่วมกันทั้งทางพันธุกรรมและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ปัจจัยด้านพันธุกรรม มีการถ่ายทอดทางยีนแบบ multifactorial ที่มียีนหลายตัวเป็นสาเหตุ โดยทำให้เกิดการทำงานของสารสื่อประสาทในสมองมีเรียกว่า Dopamine มีปริมาณเพิ่มขึ้น ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ ภาวะแทรกซ้อนก่อนคลอด ขณะคลอด และหลังคลอด รวมถึงโรคของระบบภูมิคุ้มกันบกพร่อง นอกจากนี้ ความเครียด ความกดดัน ก็ทำให้อาการ Tics เป็นมากขึ้นได้

การประเมินและการวินิจฉัย

แพทย์จะประเมินจากประวัติ การตรวจร่างกาย และการสังเกตอาการในห้องตรวจ รวมทั้งสอบถามระยะเวลาที่เป็น ความถี่ อาการที่เปลี่ยนแปลง สิ่งกระตุ้น ประวัติพัฒนาการด้านต่างๆ ประวัติการเรียน ประวัติครอบครัว โดยแพทย์จะต้องวินิจฉัยแยกจากโรคทางกายอื่นๆ เช่น อาการชัก โรคของระบบประสาทอื่นๆ โรคย้ำคิดย้ำทำ หรืออาการภูมิแพ้ทางตาหรือภูมิแพ้จมูกต่างๆ

มีหลายครอบครัว อัดคลิปกอาการของเด็ก ในช่วงเวลาต่างๆ มาให้แพทย์ดูด้วย ซึ่งนับว่าเป็นประโยชน์อย่างมากในการช่วยการวินิจฉัย

จำเป็นต้องส่งตรวจพิเศษอะไรบ้าง

ปกติแล้ว โรค Tics ไม่จำเป็นต้องส่งตรวจพิเศษใดๆ แต่หากแพทย์พบว่าผิดปกติ หรือตรวจร่างกายแล้วคิดถึงโรคอื่นๆ ที่อาจเป็นไปได้ แพทย์อาจตัดสินใจส่งตรวจพิเศษ เช่น ตรวจสมองด้วยคลื่นแม่เหล็กไฟฟ้า (MRI) ตรวจวัดคลื่นชักในสมอง (EEG) หรือตรวจเลือดหาการติดเชื้อแบคทีเรีย

การรักษา

การรักษา Tics ประกอบไปด้วยการให้ความรู้เรื่อง โรคที่ถูกต้องกับพ่อแม่ โดยต้องย้ำเสมอว่าเด็กไม่ได้แกล้งทำ เป็นเป็นการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อเล็กที่ควบคุมไม่ได้ เด็กก็ไม่ได้อยากเป็นแบบนี้ ยิ่งพ่อแม่หรือคนรอบข้าง ทัก หรือห้าม จะยิ่งทำให้เด็กเครียดกดดัน เสียความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งส่งผลกระทบต่อจิตใจและพัฒนาการทางสังคมของเด็กในอนาคต

หากอาการเด็กเป็นไม่มาก ไม่ได้รบกวนการใช้ชีวิตประจำวัน ไม่จำเป็นต้องใช้ยา อาการอาจจะเป็นๆ หายๆ และเป็นมากที่สุด ในช่วงอายุ 10-12 ปี หลังจากนั้นมักจะจะเป็นน้อยลงและมีอาการเหลืออยู่ไม่มากหรือไม่มีอาการเลยเมื่อพ้นช่วงวัยรุ่นไปแล้ว มีส่วนน้อยที่มีอาการมากต่อเนื่องจนถึงวัยผู้ใหญ่

การได้รับความช่วยเหลือที่โรงเรียนก็เป็นสิ่งสำคัญมาก พ่อแม่ควรไปพูดคุยทำความเข้าใจกับคุณครูในการช่วยเหลือเด็ก ไม่ว่าจะบอกเพื่อนให้เข้าใจ ไม่ล้อเลียน หรือ ในกรณีที่เด็กมีอาการมาก คุณครูสามารถอนุญาตให้เด็กออกจากห้องไปพักสักครู เพื่อไม่ให้ตกเป็นที่สนใจของเพื่อนๆ ลดความกดดัน อาการจะไม่เป็นมากขึ้นส่งผลดีต่อตัวเด็กเอง

การรักษาด้วยยา แพทย์จะให้ในกรณีที่อาการเป็นมากจนรบกวนการใช้ชีวิตประจำวันของเด็ก ในปัจจุบันมียาหลายตัวที่ใช้ในการรักษา และได้ผลดี ผลข้างเคียงน้อย แพทย์จะเริ่มให้ยาในขนาดต่ำที่สุด เพื่อลดผลข้างเคียงจากยา ร่วมกับการฝึก พฤติกรรมบำบัด ให้เด็กได้รู้จักสังเกตและฝึกควบคุมอาการตนเอง

โดยยารักษาอีกอย่างที่สำคัญมากๆ คือกำลังใจจากพ่อ-แม่ ซึ่งชมเด็กที่ฝึกพยายามควบคุมอาการ พร้อมทั้งช่วยเหลือเด็กหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่จะทำให้ Tics เป็นมากขึ้น ก็จะช่วยให้เด็กมีกำลังใจที่ดีและมีความภาคภูมิใจในตนเองส่งผลให้เด็กเจริญเติบโตมีพัฒนาการทางร่างกายและทางจิตใจที่ดีในทุกด้าน

“คุณพ่อคงรู้จักและเข้าใจเรื่อง โรค Tics ที่น้องเป็นแล้วนะคะ เราจะได้วางแผนการติดตามอาการ และการรักษาไปด้วยกัน หากคุณพ่ออยากให้หมอติดต่อกับครูเพื่อบอกแนวทางการช่วยเหลือเด็กกับครู หมอยินดีเป็นอย่างยิ่งค่ะ”

เด็กชายตัวน้อยแววตาเป็นประกาย เมื่อพ่อเอามือลูบหัวอย่างอ่อนโยนแล้วบอกว่า “ไม่เป็นไรแล้วนะลูก พ่อขอโทษนะที่ดูว่าหรือตีลูก พ่อรู้แล้วว่าลูกไม่ได้แกล้งทำ เราจะช่วยกันดูแลลูกนะ ลูกจะได้หายนะ”

พญ.จันทร์เพ็ญ ชวัญศิริกุล
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น

