

KORT & GODT OM

TICS & TOURETTES SYNDROM

PER HOVE THOMSEN &
JUDITH NISSEN

DANSK PSYKOLOGISK FORLAG

Judith Becker Nissen og Per Hove Thomsen
Kort & godt om TICS & TOURETTES SYNDROM

© 2021 Forfatterne og Dansk Psykologisk Forlag A/S

Forlagsredaktør: Signe Lindskov Hansen
Manuskriptredaktion: Bettina Gram

Design af omslag og sats: Signe Funch Boye
Omslag: Hofdamerne/Lea Rathnov
Sats: Gipsy Graphics/Mette Schou

Side 65, *Opgørelse over motoriske og vokale tics og symptomer: Yale Global Tic Severity Scale*, Yale Child Study Center. Dansk udgave ved Janne Tabori-Kraft & Merete Juul Sørensen. Efter tilladelse af Lawrence Scahill.

Sat med The Sans

1. udgave, 1. oplag 2021
ISBN 978-87-7158-918-4

Tryk: Clemenstrykkeriet
Printed in EU 2021

Alle rettigheder forbeholdes. Kopiering fra denne bog må kun finde sted på institutioner eller virksomheder, der har indgået aftale med Copydan Tekst & Node, og kun inden for de rammer, der er nævnt i aftalen. Undtaget herfra er korte uddrag til brug i anmeldelser.



Dansk
Psykologisk
Forlag

Indhold

INTRODUKTION	5
Målgruppe	6
1. HVAD ER TICS OG TOURETTES SYNDROM?	7
Forskellige typer tics	9
2. HVORDAN FORLØBER TICS OG TOURETTES SYNDROM?	17
Tics udvikler sig over tid	18
3. HVAD ER DIAGNOSEN FOR TICS?	23
Udredning af tics	24
Årsager til tics-lidelser	26
Funktionsanalyse	29
Funktionsintervention	31
Andre psykiatriske lidelser end tics	35
4. HVORDAN BEHANDLER MAN TICS?	43
Terapeutisk behandling af tics	43
Medicinsk behandling af tics	54
Tics hos voksne	59
10 myter og fakta om tics og Tourettes syndrom	62

OPGØRELSE OVER MOTORISKE OG VOKALE	
TICS OG SYMPTOMER	65
LITTERATUR	87

Introduktion

Denne bog handler om tics og Tourettes syndrom hos børn og unge. Tics er en lidelse, der ofte debuterer i den tidlige barndom og efterfølgende har et svingende forløb, hvor symptomerne i perioder kan være meget belastende og hæmmende for personens dagligdagsfunktioner.

Tics kan forekomme som både motoriske (bevægetics) og vokale (lydtics) og kan være forbigående eller af mere kronisk karakter. Når man både har motoriske og vokale tics, og når disse tics samlet set har været til stede i over et år, kalder man det Tourettes syndrom.

Det er vigtigt at forstå en lidelse som tics. Hvorfor opstår tics? Hvordan forstår man tics? Hvordan præsenterer tics sig? Hvordan håndterer og behandler man tics? Disse og andre spørgsmål vil vi forsøge at besvare i denne bog, *Kort & godt om Tics og Tourettes syndrom*.

Velvidende at tics kan strække sig ind i voksenalderen, har vi valgt at sætte fokus på tics i barndommen og ungdommen (op til 18 år). Bogens gennemgående eksempel beskriver

tics hos den tiårige dreng Anders. Vi kommer dog også kort omkring tics hos voksne.

Målgruppe

Bogen henvender sig til unge og voksne med tics, forældre til børn og unge med tics samt professionelle (psykologer, læger og andre faggrupper med terapeutisk erfaring i forhold til børn og unge), der i deres daglige arbejde kommer i kontakt med børn og unge med tics. Vi håber, at bogen vil kunne bidrage til en større forståelse af og viden om tics.

1. Hvad er tics og Tourettes syndrom?

Tics kan ses som ufrivillige, kortvarige, pludselige, gentagne og hurtige bevægelser eller ryk i muskulaturen. Tics kan også høres som ufrivillige og gentagne lyde, ord eller sætninger. Selvom tics ligner helt almindelige bevægelser eller lyder som helt almindelige lyde, er de ikke knyttet til den sociale eller følelsesmæssige sammenhæng, som personen med tics befinder sig i.

For eksempel kan et barn med tics komme med pludselige og høje råb, der kunne være relevante, hvis han eller hun befandt sig et sted med meget larm og mange mennesker, men ikke når barnet sidder i en skoletime eller i biografen, hvor alle er stille. På samme måde kan barnet lave et pludseligt nakkevid, der ville være relevant, hvis der sad noget i nakken og generede, men som bliver alt for voldsomt og uden relevans, når barnet fx blot bærer en T-shirt.

Case: Tiårige Anders har tics

Anders er en tiårig dreng, der siden børnehaven har haft mange motoriske tics og i perioder også lydtics. Lige nu blinker og ruller han ofte med øjnene, og han laver også bøjninger med armene og benspjæt. Tidligere sagde han en del lyde, men de er aftaget i hyppighed og styrke.

Definition af tics og Tourettes syndrom

Tics

Tics beskrives som et neurologisk respons på en udefra- eller indefrakommende stimulus. Denne stimulus aktiverer et ubehag, en kildren eller en spænding, der kan være svær at ignorere, og som derfor resulterer i en bevægelse eller en lyd, der får ubehaget til at forsvinde. Hjernen oplever dette som en lettelse, og hvis man har tendens til tics, vil lettelsen efterfølgende være forstærkende, så bevægelsen også kan opstå uden en stimulus. Den kropslige fornemmelse eller det kropslige ubehag kaldes prætics.

Tourettes syndrom

Tourettes syndrom er betegnelsen for en kronisk tics-lidelse, hvor der både er vokale tics og motoriske tics. Disse skal ikke nødvendigvis forekomme samtidigt. Da de motoriske tics kan forekomme alle de steder, hvor der er en muskel, vil prætics-fornemmelsen også kunne forekomme overalt i kroppen, men især kunne mærkes i de store muskler. I relation til lyd-ticsene beskrives prætics-fornemmelsen ofte i halsen

Forskellige typer tics

Man opdeler tics-lidelser i forbigående og kroniske tics:

- **Forbigående tics**

Hvis tics-lidelsen har været i under et år, betegnes den som forbigående. Forbigående tics er hyppigt forekommende, og man vurderer, at 10-20 % af alle børn og unge i en periode har oplevet tics.

- **Kroniske tics**

Man taler om kroniske tics, når symptomer på tics har været til stede i over et år. Hyppigheden af kroniske tics blandt børn og unge ligger på 0,5-1 %. Man kan således have kroniske motoriske tics, hvor der kun ses bevægetics, eller kroniske vokale tics, hvor der kun høres lydtics. En særlig form for kroniske tics er Tourettes syndrom, hvor der både er forskellige motoriske tics og vokale tics, der dog ikke nødvendigvis skal være til stede samtidigt.

Tics kan således have mange forskellige udtryk i form af motoriske og vokale tics:

- **Motoriske tics**

De motoriske tics kan vise sig som alt fra enkelte øjenblink eller øjenrul over egentlige grimasser, hvor næsen rynkes og munden bevæges, til åbning af munden, hvor kæberne indimellem trækkes helt fra hinanden, evt. ved brug af hænderne. Andre motoriske tics kan være skuldervid, hovedkast bagud, fremad eller til siden. Det kan være fingre eller tæer, der bøjes eller knækkes. Eller det kan

være hop, spark eller sammenbøjning af hele kroppen. Endelig kan motoriske tics også være i form af fx at kaste sig ned på jorden.

- **Vokale tics**

Vokale tics kan høres som en svag rømmen, et egentligt host, pibelyde, skrig eller maskingeværlyde. Et menneske med tics kan også gentagende sige ord, fx ”nej, nej, nej”, hele sætninger eller korte melodier eller sange.

Typer af tics

Forbigående tics

Tics af under et års varighed:

- Forbigående vokale tics
- Forbigående motoriske tics.

Kroniske tics

Tics af over et års varighed:

- Kroniske vokale tics
 - Kroniske motoriske tics
 - Tourettes syndrom (kombinerede vokale og multiple motoriske tics).
-

Anders' tics har ændret sig

Anders og hans forældre fortæller, at Anders' tics har udviklet sig siden treårsalderen, hvor han havde mange motoriske tics og i perioder også lydtics. Ticsene startede med, at han blinkede og rullede med øjnene. Forældrene troede først, at Anders havde udviklet allergi. Øjenbevægelserne fortsatte, og efterhånden lavede han også næse-rynken og næsevid. I starten kom ticsene meget tilfældigt, men efterhånden kom de efter hinanden i en bestemt rækkefølge.

Da Anders var omkring otte år, hørte hans forældre for første gang små pibelyde og snøften, som varede i nogle måneder, hvorefter lydene blev mindre udtalte. På dette tidspunkt var næse-ticsene næsten væk. I stedet begyndte han at lave bøjninger med armene og benspjæt. I perioder var ticsene til stor belastning for Anders. Han havde svært ved at læse i skolen og fik ondt omkring øjnene. I andre perioder var ticsene mindre markante.

Således kan tics have et meget forskelligt udseende fra det ene menneske til det andet, og hos den enkelte kan tics ændre sig fra en periode til en anden. Tics kan være mere simple eller komplekse, som vist i figur 1.

Tics-type	Beskrivelse	Eksempler
Simple motoriske tics	Pludselige, hurtige, gentagne bevægelser	Blinke med øjnene, rynke næsen, kaste hovedet bagud, rykken i skulderen eller foden
Simple vokale tics	Pludselige, korte, gentagne lyde	Pibe, snøfte, hoste, skrige
Komplekse motoriske tics	Hurtige bevægelser, der omfatter flere muskelgrupper. Bevægelsen kan se ud til at have et formål.	Bøje sig ned og røre jorden, klappe, sparke sig selv bagi
Komplekse vokale tics	Mere komplicerede og sammensatte lyde	Sige ord eller sætninger

Figur 1. Fire klassiske tics-typer og deres kendetegn.

Særlige tics-typer

Ud over de klassiske fire præsentationsformer af tics, som ses i figur 1, kan der ses andre mere specielle komplekse tics. Disse omfatter fx:

- **Ekko-fænomener (ekkolali/ekkopraksi)**, hvor man ufrivilligt eftergør andres bevægelser eller lyde
- **Pali-fænomener (palilali/palipraksi)**, hvor man gentager egne handlinger eller lyde
- **Kopro-fænomener (koprolali/kopropraksi)**, hvor man udfører ufrivillige, frække (sjofle) handlinger eller siger obskøne ord.

Disse mere specielle komplekse tics forekommer især hos mennesker med langvarige og svære tics og hos cirka 20-30 % af personer med tics.

Blandt andre mindre kendte tics-typer ses også mentale tics, blokeringer og spændinger:

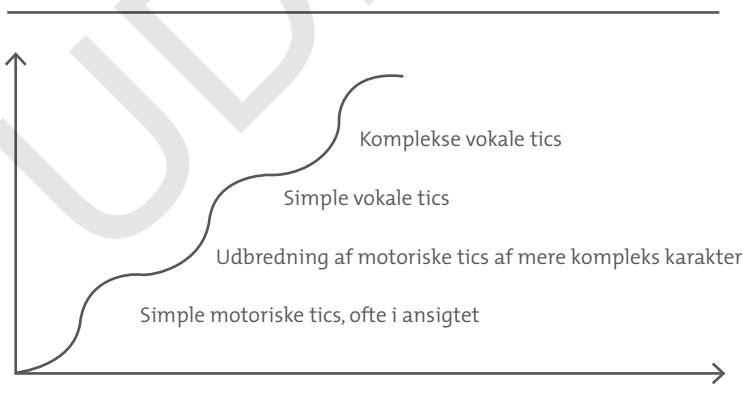
- **Mentale tics** er tanker, der vender tilbage igen og igen, og som ikke er forbundet med angstelse. Tankerne kan være i form af musikstykker, neutrale ord eller film, der kører som en baggrundsstøj, og som hele tiden er til stede. Man bliver ikke egentlig bange for tankerne, men snarere irriteret over dem. I modsætning til, når alle andre får 'musik på hjernen', kan man ved tics ikke glemme lyden (eller billedet).
- **Blokeringer** opleves som pludseligt opståede stop i tale eller bevægelser. Barnet ved præcis, hvad det vil sige, og hvordan han/hun bevæger benet eller armen, men der sker bare ingenting, selvom barnet prøver. Lidt efter kan barnet fortsætte talen og bevægelsen uden problemer.

- **Spændinger** beskrives i flere muskelgrupper og omfatter især de såkaldte toniske spændinger, hvor musklen spænder op, og man kan ikke få den til at slappe af. Ofte er disse spændinger smertefulde.

Hvornår optræder tics første gang?

Tics optræder ofte første gang omkring 6- til 8-årsalderen og starter typisk som motoriske tics i ansigtet med efterfølgende udbredning til resten af kroppen. De vokale tics høres som regel senere fra omkring 9- til 11-årsalderen.

Herudover ses og høres de simple tics oftest før de mere komplekse tics. Denne udvikling med tidlig fremkomst, motoriske tics før de vokale tics samt begyndende tics i ansigtet og med udbredning herfra til resten af kroppen beskriver de fleste forløb, men der kan sagtens være variation i dette mønster. Typisk for tics er dog den langsomme udvikling. Det vil sige, at ticsene starter i det små og udvikler sig mere og mere.



Figur 2. Tics fremkomst og symptomudvikling. Kilde: Nissen et al., 2018.

Historisk overblik tics og Tourettes syndrom

Tics er ikke et nyt fænomen. Allerede i 1825 beskrev den franske læge Jean-Marc Gaspard Itard det første tilfælde af tics. I 1885 opkaldte en anden fransk læge, Georges Gilles de la Tourette, tics-lidelsen efter sig selv og benævnte den Tourettes syndrom. På dette tidspunkt var der fokus på forekomsten af mange tics, gentagelse af egne ord (palilali) samt at sige mange frække (obskøne) ord (koprolali). Lidelsen blev i begyndelsen især beskrevet hos voksne personer. Nu ved man, at Tourettes syndrom optræder første gang i barndommen og oftest er værst omkring 10- til 12-årsalderen.

Hvad er tics – og hvordan opstår de? Hvad er forskellen mellem tics og Tourettes syndrom? Hvordan håndterer og behandler man tics?

Tics er en lidelse, der ofte begynder i den tidlige barndom og derefter har et svingende forløb, hvor symptomerne i perioder kan være meget belastende og hæmmende.

Tics kan være både motoriske og vokale – dvs. bevæge-tics og lyd-tics – og de kan være forbigående eller af mere kronisk karakter. Man kalder det Tourettes syndrom, når man både har motoriske og vokale tics i længere tid end et år.

KORT & GODT OM TICS & TOURETTES SYNDROM giver grundlæggende viden og konkrete råd om tics hos børn og unge og den afliver 10 udbredte myter om tics og Tourettes syndrom.

KORT & GODT OM TICS & TOURETTES SYNDROM er skrevet til unge og voksne med tics og deres forældre, lærere, pædagoger og andre tæt på. Den henvender sig også til psykologer, læger og alle andre faggrupper, der arbejder med børn og unge med tics.