

孩子面部抽动、爱开小差 警惕“抽动障碍”

今年6岁的丁丁一直身体很健康，但近几个月来，丁丁的脸部时不时会抽动一下。特别是紧张时，常常出现面部抽筋样的抖动，眼角、嘴角处也可以看到抽动，甚至手脚也跟着抖动起来。有时候还伴有头疼等不适症状，心情比较放松时，则不会出现这种情况。

妈妈还从老师那里了解到，丁丁上课时老爱开小差，总是喜欢自己在一边默默做自己的事。去医院系统检查后才知道，这些都是有一种叫“抽动障碍”的神经系统疾病所致。

典型症状

面部抽动、吸鼻子清嗓子

“抽动障碍，是指以运动抽动和(或)发声抽动为特征的慢性神经系统疾病。”专家指出，这种疾病常见于儿童和青少年时期，尤以5~10岁的学龄前期和学龄期儿童为多见，男孩明显多于女孩。

抽动症通常从面部开始，逐渐发展到头、颈、肩部肌肉，而后波及躯干及上下肢。抽动的表现形式多样，可表现为各种各样的运动抽动，如眨眼、耸鼻、撅嘴、做鬼脸、点头、耸肩等；也可表现为发声抽动，如吸鼻、清嗓子、咳嗽、尖叫、犬吠声、秽语等。抽动的频率和强度在病程中可呈现出波动性的特征，新的抽动症状可以代替旧的抽动症状，或又出现新的抽动症状。

这些抽动症状可因紧张、焦虑、生气、惊吓、兴奋、疲劳、被人提醒、伴发感染，或者玩电脑、看电视时间过长而加重。也可因患儿专心于其他事情，或在放松、情绪稳定的情况下而减轻甚至消失。许多抽动障碍患儿在发生运动抽动或发声抽动前，也可有身体的局部不适感，如压迫感、痒感、痛感、热感、冷感等。

引起儿童抽动症的原因，目前考虑跟孕妈妈在孕期曾有过高热、难产史，或新生儿出生后有窒息或患有高胆红素血症等病史。或者小儿自身的一些感染，如上呼吸道感染、扁桃体炎、鼻炎、各型脑炎、病毒性感染等。或者是在日后的养育过程中，小儿受到某些精神刺激，如家长过于严厉、家庭关系不和、小儿受到忽视等。



引起问题

分散注意力、易造成自卑

儿童抽动障碍虽然没有明显的脏器损害，但会对小儿日后的学习、生活产生不良的影响。专家说，经常不自主地抽动和发声，容易分散孩子注意力，日久则影响记忆力，进而影响学习。如果孩子经常因不自主抽动而被同学歧视或嘲笑，被家长和老师责备，容易使孩子养成自卑、孤僻的

性格，影响就更加深远了。

抽动障碍患儿表现出来的运动抽动和发声抽动，常被误以为是其他小毛病而没能得到及时的诊断和治疗。所以，爸爸妈妈日常要注意多观察孩子的一举一动，一旦怀疑有上述抽动障碍的表现，不必惊慌，也不要过多地责备孩子，及时带孩子去医

院，请专业的医生进行诊治。

抽动障碍治疗前应确定治疗的靶症状，即对患儿日常生活学习或社交活动影响最大的症状。有些患者的靶症状是共患症状，如多动冲动、强迫障碍、睡眠障碍、情绪障碍等，治疗原则是药物治疗和心理行为干预并重。



日常护理

多关注、少责备

家有抽动障碍患儿，爸爸妈妈在日常生活中，还应注意：

1. 制造轻松愉快的家庭氛围。家长不必惊慌失措，不要过多地责备孩子。因为越责备，孩子越紧张，抽动就越频繁。爸爸妈妈要做的是，不要过度关注孩子的抽动表现，在日常生活中给孩子多一些表扬和鼓励，营造轻松、愉快的家庭氛围。

2. 家长要多跟老师接触，向老师说明孩子的情况，让老师能给予孩子正确的引导，让同学多点理解和帮助。避免孩子因此受到责备、嘲笑或歧视，帮助孩子消除自卑的心理。

3. 鼓励孩子融入集体，避免过

分保护或回避社会交往。其实，回避社会交往，反而不利于孩子康复。家长应该鼓励孩子多点融入到集体生活中，多点跟小伙伴玩耍，并教他处理好人际关系。还要注意避免过长时间地玩游戏或看电视。

(林恒华)