**Нервные тики у детей: симптомы и лечение**

В большинстве случаев дети могут частично контролировать или воспроизводить собственные нервные тики. При нормальном интеллектуальном развитии ребенка заболевание часто сопровождается снижением памяти, умственной работоспособности, тревожными и двигательными расстройствами.

Нервный тик у ребенка – быстрое и непроизвольное однообразное сокращение мышц

Как правило, нервные тики наблюдаются у детей в возрасте 2-17 лет, средний возраст составляет 6-7 лет. Частота встречаемости заболевания в детском возрасте – 6-10 %. В 96 % случаев нервный тик возникает до 11 лет. Наиболее частым проявлением заболевания считается моргание. В возрасте 8-10 лет могут наблюдаться вокальные тики, первоначальным проявлением которых является покашливание и шмыгание носом. Заболевание протекает по нарастающей, пик приходится на 10-12 лет, потом отмечается снижение симптоматики. В 90 % случаев прогноз для локальных тиков является благоприятным. У 50 % больных симптомы распространенных нервных тиков регрессируют полностью.

**Симптомы нервных тиков у детей**

Тики являются повторяющимися неожиданными короткими стереотипными движениями или высказываниями, которые внешне схожи с произвольными.

**Виды нервных тиков у ребенка**

**Органические**

Органические тики проявляются в результате черепно-мозговой травмы, вследствие перенесенных или текущих органических заболеваний головного мозга. Такие нервные тики являются стереотипными и стойкими, имеют элементарный характер.

**Психогенные**

Они возникают на фоне хронической или острой психотравмирующей ситуации. Психогенные нервные тики подразделяют на невротические и навязчивые, которые встречаются реже.

**Неврозоподобные**

Они развиваются без очевидного экзогенного воздействия на фоне текущей и/или ранней соматической патологии. Часто в анамнезе ребенка с нервным тиком обнаруживается гиперактивность и ранняя детская нервность. Внешние проявления таких тиков весьма изменчивы. Они отличаются рецидивирующим характером и могут быть сложными или простыми.

**Рефлекторные**

Такие тики возникают по принципу условных рефлексов, которые биологически нецелесообразны, но связаны с продолжительным локальным раздражением тканей, например, спазмы после конъюнктивита, шмыгания носом после ринита и т.д. Рефлекторный нервный тик представляет собой стереотипные непроизвольные движения, которые вначале являлись ответной реакцией на конкретный раздражитель.

**Тикоподобные гиперкинезы**

Они наблюдаются при патологических заболеваниях. К подобным нервным тикам относят насильственные движения рук и лица при [заикании у детей](http://www.tenoten-deti.ru/jenciklopedija-detskogo-zdorovja/zaikanie-u-detej/), например, дополнительные своеобразные движения для облегчения произношения слов и речи в целом.

**Идиопатические**

Идиопатические тики развиваются без конкретной причины, за исключением возможности наследственной предрасположенности.

При лечении нервного тика у ребёнка необходимо выбрать способы педагогической коррекции

**Лечение нервных тиков у детей**

Основным принципом лечения тиков у детей является дифференцированный и комплексный подход. Перед назначением медикаментозной или другой терапии следует определить возможные причины появления заболевания и выбрать способы педагогической коррекции. В случае умеренно выраженного тика лечение обычно проводят в амбулаторных условиях, чтобы ребенок мог находиться в привычной обстановке и посещать детский сад. В большинстве случаев назначаются [успокаивающие препараты](http://www.tenoten-deti.ru/) для приема внутрь, так как инъекционная терапия негативно влияет на эмоциональное состояние ребенка и может спровоцировать приступ нервного тика.

**Психологическое воздействие**

Часто выраженность нервных тиков уменьшается, когда родители снижают требования к малышу, перестают фокусировать внимание на недостатках и начинают воспринимать его личность в целом без «плохих» и «хороших» качеств. Положительный эффект оказывают занятия спортом, соблюдение распорядка дня, прогулки на свежем воздухе. В некоторых случаях лечение должно включать помощь психотерапевта, так как отдельные виды нервных тиков снимаются внушением.

**Медикаментозное лечение**

При медикаментозном лечении ребенку назначают ноотропные и психотропные препараты. При выборе такой терапии учитывают сопутствующие заболевания, этиологию, возраст малыша и характер нервного тика. Курс медикаментозного лечения проводят при упорных, выраженных и тяжелых тиках, которые сочетаются с нарушением поведения, неуспеваемостью в учебном заведении, влияют на самочувствие, осложняют социальную [адаптацию детей](https://www.tenoten-deti.ru/articles/adaptatsiya-detey-k-kollektivu/) и ограничивают возможности самореализации. Данный вид лечения не назначается, если тики не нарушают нормальную активность малыша, а волнуют только родителей.

**Советы родителям при нервном тике у ребенка**

**Не акцентировать внимание на тиках**

Родители должны стараться не замечать нервные тики малыша независимо от степени их выраженности. Помните, что позитивные изменения в поведении ребенка могут проявиться не так быстро, как бы Вам этого хотелось.

**Создавать позитивную эмоциональную обстановку**

«Оживить» малыша, вдохнув в него оптимизм и жизнерадостность, помогут игры и забавы. Важно выбрать для ребенка, страдающего нервным тиком, эмоционально значимые увлечения и хобби, среди которых наиболее эффективными являются занятия спортом.

**Контролировать психофизическое самочувствие малыша**

Ваш малыш понимает, что нервный тик – это болезненные и необычнее движения. Он стесняется этого на людях, пытается сдержать себя, от чего начинает испытывать сильнейшее внутреннее напряжение, утомляющее его. Постарайтесь сделать так, чтобы малыш, который болен тиком, чувствовал как можно меньше дискомфорта от всеобщего внимания и не ощущал себя не таким, как все.

**Выполнять вместе с ребенком успокаивающие упражнения**

Если малыш, страдающий нервным тиком, чем-то обижен или возмущен и готов расплакаться, предложите ему выполнить специальные упражнения, а лучше сделайте их вместе с ним. Например, постойте на одной ноге, как цапля, поджав другую под себя, а затем подпрыгните несколько раз. Надежный и быстрый способ расслабиться – это быстро напрячь мускулы и отпустить их.