

名医讲堂

抽动障碍 200问

主编 吴敏

常识篇

心理篇

医疗篇

生活篇



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



内容提要

抽动障碍是一种难治性神经、精神系统疾病,目前发病率呈增多趋势,严重影响患儿的身心健康。本书详细介绍了抽动的病因、发病机制、常见症状、并发症及治疗方法,对提高家长对于本病的认识,为抽动的早发现、早干预、早治疗打下坚实基础,同时有助于患儿及家属树立战胜疾病的信心。本书可供抽动障碍患者及家属阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

名医讲堂:抽动障碍 200 问/吴敏主编. —上海:
上海交通大学出版社, 2021. 11
ISBN 978 - 7 - 313 - 25270 - 8

I. ①名… II. ①吴… III. ①小儿疾病—神经系统疾病—防治—问题解答 IV. ①R748 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2021)第 160115 号

名医讲堂:抽动障碍 200 问

MINGYI JIANGTANG: CHOUDONG ZHANGAI 200 WEN

主 编: 吴 敏

出版发行: 上海交通大学出版社

邮政编码: 200030

印 制: 常熟市文化印刷有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/32

字 数: 154 千字

版 次: 2021 年 11 月第 1 版

书 号: ISBN 978 - 7 - 313 - 25270 - 8

定 价: 39.00 元

地 址: 上海市番禺路 951 号

电 话: 021 - 64071208

经 销: 全国新华书店

印 张: 7

印 次: 2021 年 11 月第 1 次印刷

版权所有 侵权必究

告读者: 如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话: 0512 - 52219025

编 委 会

主 编 吴 敏

副主编 张 欣 谈 珍 蒋思韵 王周烨

编 委 (按姓氏笔划排序)

丁丽凤 马 杰 马碧涛 王树霞 朱鹏程

孙学然 阮 铭 纪小艺 李 战 陈黎飞

陈燕妮 武 钊 赵 欣 郝娟娟 姜科宇

姚秋雯 高 戈 路薇薇



序

近年来,罹患抽动障碍的儿童越来越多,其发病率为1%~7%,有报告可达23%,本病多见于学龄前及学龄早期儿童。抽动障碍不仅影响儿童的学习成绩,还常给患儿带来心理上的伤害,患儿容易受到周围人员的排斥、疏远、嘲讽和鄙视,从而产生自卑、焦虑、抑郁等不健康心理,严重的患儿有可能发生心理畸变,对其今后的人生发展极为不利。为了让家长和老师正确认识抽动障碍的原因、表现、危害、诊断、治疗、护理、食疗等,作者撰写了这本《名医讲堂——抽动障碍200问》。

本书作者吴敏教授是一位经验丰富的中西医结合儿科医生,长期从事小儿抽动障碍的临床治疗及研究,热心医学科普宣传,因此本书值得家长和有关教师阅读。

本书有以下几个特点:第一,全书不但有西医的诊断、治疗、护理、饮食,还有中医中药、针灸等治疗方法,真正做到了中西医结合,内容非常全面;第二,以问答的形式编写,便于解决家长在小儿抽动障碍中的各种疑问;第三,将深奥的医学知识讲得通俗易懂,使读者一看便明,一看能用。

总之,本书内容全面,形式新颖,既有知识性又有可操作性,

相信它将成为广大读者在了解儿童抽动障碍方面的良师益友。

复旦大学儿科医院

时毓民
于 2020 年 11 月




前 言

随着经济的发展,各种环境污染问题越来越突出,加之由于儿童及青少年身心发育尚未成熟,心理状态不是很稳定,认知结构也不完善;但与此同时,现在的儿童及青少年对环境的适应,对人际关系的选择,还有学习方面的压力都大于过去,所以造成了近年来儿童及青少年的心理健康问题越来越多,心理疾病的发病率逐年上升,特别是抽动障碍的发病率也在逐年不断上升。

目前,我国有20%的人群处于0到18岁年龄段,据估算有近1000万儿童和青少年可能患有抽动障碍。抽动障碍不仅给患儿带来了严重的身心危害,也给家庭、社会带来了一系列困扰和负担。

在我们长期的儿科门诊中,特别是在抽动障碍专科门诊中,经常会遇到不知所措的家长,遇到带有很多疑问的患儿,还会遇到不清楚什么是抽动障碍的老师。有鉴于此,为了让大众能够正确认识心理问题,特别是让家长正确认识抽动障碍,让孩子们正确认识自身疾病情况,让老师们正确了解孩子抽动的的问题,我们特针对抽动障碍治疗中平时大家最关心的一些高频问题,编写了这本《名医讲堂——抽动障碍200问》。希望本书能帮助到患有抽动障碍的孩子与焦虑的家人们。



抽动障碍的治疗不仅仅是医生的任务,也是患儿、家长、学校乃至全社会都要一起积极努力做好的工作。希望我们的书能帮助到大家,能使更多的人正确认识心理问题,正确认识抽动障碍,从而做到全社会共同加入到防治抽动障碍的工作中,让我们的孩子们都能健康快乐地成长!

吴 敏

2021 年 9 月

目 录



第一章	常识篇	001
1.	什么是抽动障碍	001
2.	患有抽动障碍会有哪些危害	002
3.	孩子患了抽动障碍,会有生命危险吗	003
4.	抽动障碍的临床症状有哪些	003
5.	孩子经常出现眨眼、吸鼻、做鬼脸、摇头等症状会是患了抽动障碍吗	005
6.	孩子经常出现清咳声、打嗝、发出怪叫声会是患了抽动障碍吗	006
7.	抽动障碍是高发疾病吗	006
8.	抽动障碍的常见病因有哪些	007
9.	哪些感染性疾病可能与抽动障碍的发病有关	009
10.	链球菌感染为什么跟抽动障碍的发病有关	010
11.	抽动障碍的发病机制是什么	010
12.	抽动障碍会不会传染	012
13.	抽动障碍会不会遗传	013
14.	哪些孩子容易罹患抽动障碍	013
15.	小于三岁的孩子会发生抽动障碍吗	014



16. 抽动障碍需要与哪些疾病相鉴别 014
17. 抽动障碍与癫痫发作如何鉴别 015
18. 抽动障碍与肝豆状核变性如何鉴别 015
19. 如何区分儿童过敏性结膜炎与抽动障碍 016
20. 如何区分儿童慢性鼻炎与抽动障碍 017
21. 如何区分儿童咽炎与抽动障碍 018
22. 如何区分慢性咳嗽与抽动障碍 018
23. 怎样知道孩子是不是患了抽动障碍 019
24. 抽动障碍的血液学检查通常有哪些 020
25. 诊断抽动障碍为什么要做脑电图检查 021
26. 诊断抽动障碍为什么要做头颅磁共振检查 021
27. 诊断孩子是否患有抽动障碍, 需要看什么门诊 021
28. 为什么现在患有抽动障碍的儿童越来越多 022
29. 哪些地区的儿童容易患抽动障碍 023
30. 抽动障碍的发生与孩子的体质有关吗 023
31. 抽动障碍的发生和经济发达程度有关吗 024
32. 抽动障碍的发生和环境污染有关吗 025
33. 抽动障碍患儿容易感冒发热吗 026
34. 反复感冒会加重抽动障碍吗 027
35. 过敏会加重抽动障碍吗 027
36. 抽动障碍患儿患病前有哪些征兆 028
37. 抽动障碍患儿容易因什么原因而诱发发作 029
38. 为什么抽动症状会经常反复发作 030
39. 抽动障碍患儿经常眨眼睛是否影响眼睛健康 031
40. 家长是否要制止孩子的抽动障碍行为 032
41. 如何正确对待儿童“怪异”的抽动动作 033



- | | |
|-------------------------|-----|
| 42. 抽动障碍能否预防,如何预防 | 033 |
| 43. 什么是耶鲁抽动障碍综合严重程度量表 | 034 |
| 44. 怎么评估抽动障碍的严重程度 | 035 |
| 45. 抽动障碍有哪些类型 | 035 |
| 46. 什么是难治性抽动障碍 | 036 |
| 47. 难治性抽动障碍有哪些特点 | 036 |
| 48. 难治性抽动障碍共发的常见精神症状有哪些 | 037 |
| 49. 难治性抽动障碍的发生与哪些因素有关 | 037 |
| 50. 目前针对难治性抽动障碍有哪些干预手段 | 037 |
| 51. 抽动障碍的预后如何 | 038 |
| 52. 难治性抽动障碍对儿童生命质量有哪些影响 | 039 |
| 53. 如何防治疾病进展为难治性抽动障碍 | 040 |
| 54. 中医药治疗抽动障碍有哪些优势 | 041 |
| 55. 体内微量元素的变化会对抽动症状有影响吗 | 042 |
| 56. 抽动障碍患儿舌象有哪些变化 | 043 |
| 57. 抽动障碍患儿应如何根据面色来判断体质 | 044 |

第二章 医疗篇.....046

- | | |
|----------------------------------|-----|
| 58. 抽动障碍的治疗方法有很多,患者应如何选择最合适的治疗方法 | 046 |
| 59. 抽动障碍需要服药治疗多长时间 | 047 |
| 60. 治疗抽动障碍,中药和西药可以一起服用吗 | 047 |
| 61. 抽动障碍会痊愈吗,有无后遗症 | 048 |
| 62. 抽动障碍会不会影响患儿的学习 | 049 |
| 63. 抽动障碍治疗中症状会变化吗,病情会反复吗 | 049 |



- | | |
|------------------------------|-----|
| 64. 抽动障碍患儿免疫系统会有变化吗 | 050 |
| 65. 中医药有哪些方法可以治疗抽动障碍 | 050 |
| 66. 抽动障碍运用中医药治疗的优势有哪些 | 051 |
| 67. 中医如何辨证治疗抽动障碍 | 052 |
| 68. 长期服用治疗抽动障碍的中药会影响患儿的脏器功能吗 | 053 |
| 69. 长期服用中药对抽动障碍患儿的生长发育有影响吗 | 054 |
| 70. 如何识别和避免长期服用药物的不良反应 | 054 |
| 71. 可以用中医膏方治疗抽动障碍吗 | 055 |
| 72. 治疗抽动障碍的中成药有哪些 | 055 |
| 73. 抽动障碍在哪些情况下需要选择西药进行治疗 | 056 |
| 74. 抽动障碍患儿需要进行免疫调节治疗吗 | 057 |
| 75. 治疗抽动障碍的西药有哪些 | 058 |
| 76. 治疗抽动障碍为什么需要使用精神类药物 | 059 |
| 77. 可乐定为什么能够治疗抽动障碍 | 060 |
| 78. 可乐定透皮贴片可以治疗抽动障碍吗 | 060 |
| 79. 治疗抽动障碍的西药不良反应有哪些,应如何处理 | 061 |
| 80. 应如何使用治疗抽动障碍的西药 | 062 |
| 81. 为什么需要给抽动障碍患儿服用复合维生素 | 063 |
| 82. 抽动障碍可以行外科治疗吗 | 064 |
| 83. 治疗抽动障碍还有其他辅助疗法吗 | 064 |
| 84. 抽动障碍有哪些联合治疗方法 | 065 |
| 85. 治疗抽动障碍可以随便停药吗 | 066 |
| 86. 治疗抽动障碍可以不吃药吗 | 067 |
| 87. 抽动障碍患儿不肯吃药该怎么办 | 067 |



88. 除抽动障碍外,还同时患有其他疾病时需要注意哪些方面 068
89. 长期接受药物治疗的抽动障碍患儿需要注意哪些方面 069
90. 除了药物治疗,中医还有哪些治疗方法 070
91. 抽动障碍患儿可以用针灸治疗吗 072
92. 抽动障碍患儿运用针灸治疗时需要注意哪些方面 073
93. 穴位敷贴可以治疗抽动障碍吗 074
94. 抽动障碍患儿出现头面部动作时应如何选择穴位 075
95. 抽动障碍患儿出现躯干部动作时应如何选择穴位 077
96. 抽动障碍患儿出现四肢部动作时应如何选择穴位 078
97. 抽动障碍患儿出现发声清嗓时应如何选择穴位 081
98. 什么是耳穴疗法 082
99. 耳穴疗法可以治疗抽动障碍吗 084
100. 治疗抽动障碍应如何选择耳穴 084
101. 推拿可以治疗抽动障碍吗,有哪些适合的推拿手法 085
102. 足浴可以治疗抽动障碍吗 087
103. 脐疗可以治疗抽动障碍吗 088
104. 音乐可以治疗抽动障碍吗 089
105. 中药透药疗法可以治疗抽动障碍吗 090
106. 抽动障碍患儿可以采用正骨疗法吗 091
107. 体操可以治疗抽动障碍吗 091
108. 治疗抽动障碍,如何进行居家推拿、按摩 098
109. 经颅磁刺激仪可以治疗抽动障碍吗 107
110. 抽动障碍患儿就诊时需要注意哪些事项 108
111. 罹患抽动障碍必须药物治疗吗,如果不治疗会自行缓解吗 108



- | | |
|-----------------------------|-----|
| 112. 抽动障碍症状消失后如何继续治疗 | 109 |
| 113. 经过治疗,抽动症状消失后还会复发吗 | 110 |
| 114. 抽动障碍症状经常反复,需要终身服药吗 | 110 |
| 115. 哪些因素会导致抽动障碍复发 | 111 |
| 116. 抽动障碍痊愈后需要注意哪些事项 | 112 |
| 117. 抽动障碍患儿成年后还会出现抽动症状吗 | 112 |
| 118. 抽动障碍患儿治愈后,如成年后复发应该如何就诊 | 113 |

第三章 生活篇 114

- | | |
|-------------------------------|-----|
| 119. 抽动障碍患儿生活中会有哪些表现 | 114 |
| 120. 抽动障碍会影响孩子的成长发育吗 | 114 |
| 121. 抽动障碍会影响患儿的认知功能发展吗 | 116 |
| 122. 抽动障碍的发生与季节有关吗 | 117 |
| 123. 母亲孕产期情况和抽动障碍发病有关吗 | 118 |
| 124. 大宝患有抽动障碍,二胎应如何预防呢 | 119 |
| 125. 抽动障碍患儿日常护理中需要注意哪些方面 | 120 |
| 126. 抽动障碍儿童可以正常预防接种吗 | 121 |
| 127. 孩子饮食习惯会影响抽动障碍吗 | 121 |
| 128. 抽动障碍患儿应多吃哪些食物 | 122 |
| 129. 哪些食物富含维生素 A | 123 |
| 130. 哪些食物富含维生素 B ₁ | 123 |
| 131. 哪些食物富含维生素 B ₂ | 124 |
| 132. 哪些食物富含维生素 C | 124 |
| 133. 哪些食物富含钙质 | 125 |
| 134. 哪些食物富含锌 | 125 |



- | | |
|---------------------------|-----|
| 135. 抽动障碍患儿内火偏旺有哪些食疗方 | 125 |
| 136. 头面部抽动明显的患儿有哪些食疗方 | 127 |
| 137. 肢体抽动明显的患儿有哪些食疗方 | 128 |
| 138. 易清嗓发声的患儿有哪些食疗方 | 130 |
| 139. 针对患儿睡眠不佳、脾气暴躁有哪些食疗方 | 132 |
| 140. 有哪些食疗方适合患儿平素调养服用 | 134 |
| 141. 抽动障碍患儿能吃油炸烧烤类食物吗 | 137 |
| 142. 抽动障碍患儿能吃海鲜吗 | 137 |
| 143. 抽动障碍患儿能吃甜食与喝饮料吗 | 138 |
| 144. 抽动障碍患儿能吃水果吗 | 139 |
| 145. 抽动障碍患儿能吃冰激凌吗 | 139 |
| 146. 抽动障碍患儿能吃膨化食品吗 | 140 |
| 147. 抽动障碍患儿可以吃保健品吗 | 141 |
| 148. 抽动障碍患儿体重超标,是否需要控制体重呢 | 141 |
| 149. 为什么需要让抽动障碍患儿尽量少玩电子游戏 | 142 |
| 150. 抽动障碍患儿能看电视吗 | 143 |
| 151. 饲养宠物对抽动障碍患儿有影响吗 | 143 |
| 152. 抽动障碍患儿适合学绘画吗 | 144 |
| 153. 抽动障碍患儿适合学乐器吗 | 144 |
| 154. 抽动障碍患儿有哪些游戏可以玩 | 145 |
| 155. 学校环境对抽动障碍发病会有影响吗 | 146 |
| 156. 抽动障碍患儿在考试前应如何缓解紧张情绪 | 147 |
| 157. 抽动障碍患儿可以参加课外学习吗 | 148 |
| 158. 抽动障碍患儿能参加竞赛班吗 | 149 |
| 159. 抽动障碍患儿需要休学吗 | 150 |
| 160. 抽动障碍患儿共患注意缺陷障碍需要休学吗 | 151 |

161. 抽动障碍患儿可以参加夏令营活动吗 152
162. 抽动障碍患儿可以参加军训类的夏令营吗 153
163. 抽动障碍患儿可以进行体育锻炼吗 153
164. 抽动障碍患儿不适合哪些锻炼项目 154
165. 太极拳可以改善抽动症状吗 155
166. 易筋经可以改善抽动症状吗 156
167. 五禽戏可以改善抽动症状吗 157
168. 抽动障碍患儿可以旅游吗 158

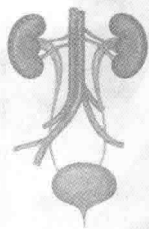
第四章 心理篇 160

169. 如何管理抽动障碍患儿和家庭 160
170. 什么是抽动障碍共患病 161
171. 抽动障碍会影响患儿的个性和社交吗 162
172. 抽动障碍是精神疾病吗 163
173. 抽动障碍是属于精神障碍还是心理行为问题 164
174. 抽动障碍患儿会伴发情绪问题吗 165
175. 抽动障碍患儿会伴发注意缺陷多动障碍吗 166
176. 抽动障碍患儿会伴发强迫障碍吗 167
177. 抽动障碍患儿会伴有学习问题吗 168
178. 抽动障碍患儿会伴发睡眠障碍吗 169
179. 抽动障碍患儿会伴发孤独症吗 170
180. 抽动障碍患儿出现社交困难怎么办 171
181. 抽动障碍患儿共患其他精神类疾病,应如何权衡治疗 172
182. 抽动障碍患儿出现哭闹应如何处理 173
183. 抽动障碍患儿情绪激动的时候,家长要怎样做才能让



孩子冷静下来	175
184. 家长应如何进行抽动障碍患儿的心理调适与心理沟通	176
185. 为什么抽动障碍的患儿会说脏话,说脏话的时候家长该怎么办	177
186. 对抽动障碍患儿如何给予适当的奖惩措施	178
187. 能否批评和惩罚患抽动障碍的儿童	179
188. 家长是否需要告诉患儿其患有抽动障碍	180
189. 儿童患有抽动障碍需要告诉老师吗	181
190. 抽动障碍患儿家长应如何与孩子、老师及同学进行沟通	182
191. 家庭环境对抽动障碍患儿的发病会有影响吗	183
192. 祖孙三代同时生活的家庭,需要注意哪些事项	185
193. 老人过于溺爱会加重患儿的抽动障碍症状吗	186
194. 如何对患儿做心理教育和支持治疗	187
195. 抽动障碍以及其共患病有哪些心理评估方法	188
196. 抽动障碍需要做心理治疗吗	189
197. 抽动障碍有哪些心理行为干预疗法	190
198. 什么是抽动障碍的综合行为干预	191
199. 综合行为干预是否适合每个抽动障碍患儿	192
200. 如果已用综合行为干预治疗抽动障碍,还需要服用药物吗	193
201. 如何做放松训练	194
202. 如何做习惯逆转训练	195
203. 暴露与反应预防的概念及作用是什么	197
参考文献	198

第一章 常识篇



1. 什么是抽动障碍

抽动障碍是一种起病于儿童或青少年时期的神经、精神疾病，临床以不自主、突发、快速、重复、无节律性的一个或多个部位运动抽动和(或)发声抽动为主要特征。

运动抽动表现为不自主的肌肉抽动，可涉及面部、颈部、肩部、躯干及四肢，具体表现为挤眉、眨眼、咧嘴、扭脖、耸肩、吸腹(腹部抽动)、甩手等。发声抽动表现为异常的发音，如吼叫声、呻吟声、秽语、干咳、清嗓、吸气声等。

抽动症状反复发作，有迅速、突发、刻板的特点，呈多发性、慢性、波动性，可受意志的暂时控制，也可因感受外邪、压力过大、精神紧张、情志失调、久看电视或久玩电子游戏等因素而加重或反复。有的还伴有情绪行为症状，如急躁易怒、胆小、任性、自伤或伤人，也可共患一种或多种心理行为障碍，如注意缺陷多动障碍、强迫障碍、焦虑障碍、抑郁障碍、学习障碍、品行障碍、孤独症等。

抽动障碍好发于5~10岁儿童，男孩明显多于女孩，男女比