2026年10月29日 星期四
责任编辑：王勇 编辑：封荣娟 版式：杜琼
十堰晚报

孩子频繁眨眼、耸肩、清嗓子

当心是抽动障碍在作怪

课堂上频繁眨眼、写作业时不停耸肩、没事就“吭吭”地清嗓子……不少家长第一反应是孩子“调皮”“装怪”，轻则口头训斥，重则动手管教。殊不知，这些看似故意的小动作，有可能是一种病——抽动障碍。10月30日是“抽动障碍关爱日”，什么是抽动障碍？它有哪些危害？早期有哪些信号？记者就此采访了市太和医院专家。

■记者 叶楚榕

图片由AI生成

1 8岁男孩频繁挤眉弄眼，原是抽动症作祟

半年前的一个晚上，市民张女士发现8岁儿子乐乐（化名）看电视时不停眨眼，提醒后能安静几分钟，很快又反复。“是不是眼睛不舒服？”张女士带孩子去家附近的医院检查，视力、结膜均无异常，医生建议回家观察。

可眨眼症状尚未好转，新的问题接踵而至：写作业时频频耸肩，随后又出现皱鼻子、歪嘴、甩头，喉咙里持续发出“吭吭”的清嗓声，隔壁房间都能听见。家里老人以为是上火了，专门炖梨水进行调理；张女士上网自查后怀疑是咽炎，又带着孩子到医院耳鼻喉科做喉镜检查，结果什么问题都没查出来。

“越是写作业、被人盯着，动作越明显；看动画片看得投入时，症状反倒轻一些。”张女士回忆。起初家人都以为是孩子跟同学学的坏习惯，反复提醒、呵斥都不见好转。怪动作越来越多，乐乐还变得爱发脾气、睡前哭闹，早上磨磨蹭蹭不肯上学。班主任也打来电话，称孩子课堂上不时发出怪叫声，引得同学哄堂大笑，还给他起了外号叫“怪人”，同桌家长向学校提出要求换座位。

经人介绍，张女士带着乐乐来到市太和医院儿童医疗中心，找到一病区副主任吴勇。“家长进门第一句话就问，我的孩子是不是中邪了？”吴勇对这个病例印象深刻。经过详细问诊、身体检查和量表评估，排除癫痫等其他疾病后，乐乐被确诊为抽动障碍。

经过两个月规范药物治疗，同步调整家庭教育方式：不再刻意提醒、呵斥孩子，控制电子产品使用时间、保障睡眠，乐乐的抽动症状明显减轻，怪叫声基本消失，重新展露出笑容。

“像乐乐这样的患儿，门诊上并不少见。”吴勇介绍，很多孩子先在眼科、耳鼻喉科、呼吸科反复检查，折腾半年找不到病因，最后才发现问题出在神经系统。

2 什么是儿童抽动障碍？

吴勇介绍，抽动障碍是起病于儿童期、以抽动为核心表现的神经发育障碍性疾病，高发于5—10岁儿童，男孩患病率明显高于女孩。所谓抽动，指不自主、无目的、快速、刻板的肌肉收缩，分为运动抽动和发声抽动两类：运动抽动包括眨眼、皱眉、噘嘴、点头、摇头、耸肩、甩手、踢腿等；发声抽动表现为频繁清嗓、吸鼻子、发出类似咳嗽的声响，甚至怪叫，少数患儿还会不自主地说脏话。

“抽动障碍有典型特征：症状可以短暂自主控制，但维持时间很短。”吴勇解释，孩子注意力高度集中，如打游戏、看喜爱的动画片时，症状常会减轻；而在紧张、焦虑、疲惫、受到批评时，症状则会加重；入睡后抽动基本消失。“很多家长以此判定孩子是故意装出来的，恰恰是这个表现，是抽动障碍区别于其他疾病的重要特点。”

不少家长疑惑，孩子为什么会患上抽动障碍。吴勇说，该病发病是遗传、神经递质失衡、心理、环境等多个因素共同作用的结果。学业压力大、长期接触电子产品、家庭氛围紧张、过敏、反复感染，都可能诱发或者加重症状。

3 出现这些信号，家长要提高警惕

“抽动症状时轻时重，极易被家长当成坏习惯忽视，但其带来的伤害是多方面的。”吴勇提醒，如果孩子有以下表现，要警惕抽动障碍：反复眨眼、耸肩、甩头等小动作持续超过一个月不缓解；频繁清嗓、发出怪叫声，耳鼻喉检查未见异常；症状波动明显，紧张时加重、放松时减轻；同时伴随注意力不集中、多动、易怒等情况。

“抽动本身不痛不痒，但它带来的连锁影响不容小觑。”吴勇说，有些家长抱有侥幸心理，觉得只是挤眼睛，长大自然会好，低估了疾病的影响。

频繁抽动会分散注意力，造成孩子听不进、写作业坐不住；抽动障碍还常和注意缺陷多动障碍（多动症）结伴出现，进一步降低学习效率，影响学习成绩。

更隐蔽的伤害来自心理和社交层面。孩子的“小动作”容易被同学模仿、取笑，被老师误判为捣乱。长期遭受误解、嘲笑，孩子容易产生自卑焦虑，进而回避集体活动，甚至不愿上学、情绪不稳。临床上，抽动障碍常共病强迫障碍、焦虑、抑郁、睡眠障碍等问题。

4 早识别早干预，多数患儿预后良好

“抽动障碍本身不可怕，延误干预才是最大风险。”吴勇强调，抽动障碍治疗的黄金原则是早识别、早干预。症状轻微、不影响学习生活的患儿，以心理疏导、行为干预、家庭教育指导为主，部分孩子可自行缓解；症状较重，或是合并多动、强迫等问题的患儿，则需遵医嘱规范用药治疗，严禁自行买药、随意停药。

不少家长担心，抽动障碍会损伤孩子的智力发育，进而影响到学习成绩及今后的人生发展。吴勇表示，孩子在先天发育正常的前提下，抽动障碍一般不会损害智力。但该病容易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、睡眠障碍、焦虑/抑郁障碍等，造成注意力下降、情绪异常，进而影响学习能力，这类情况需要尽早干预。

“绝大多数抽动障碍患儿预后较好，随着年龄增长，症状会逐步减轻甚至消失。”吴勇表示，家长和老师读懂孩子这些不受控制的“小动作”，多一份理解、少一分指责，才是孩子顺利康复的重要支撑。