

チック・トゥレット症候群のお子さんのご家族の方へ

今までにお母さん方から聞かれたことや、チックとは気づかれにくいチックの動きや声についてまとめました。また生活に困ったときの対応や治療についても書いておりますので、ご参考になれば幸いです。

2025年8月

北新宿ガーデンクリニック
星加明徳

I. 汚言(おげん)について

チックのお子さんのお母さんから「“バカ、死ね”というようになったのですが、汚言でしょうか？」と聞かれることがあります。

汚言(注1)は、わいせつなことばや、社会的に受け入れられないことばとされていて、運動性チックと音声チックの両方があるトゥレット症候群のお子さんの10人に一人くらいにみられるのですが・・ただ、バカ・死ねということばは幼児期年中・年長クラスのころから、小学生の男の子たちは、しばしば叫んでいます。

チックの汚言は、“バカ”か“死ね”が多く、三番目に多いのは“オッパイ”で、短いことばが多いのですが、重症のお子さんでは、日常生活の会話の一部のような長いことばが出ることもあります。また汚言を声として出すのでなく“バカ”と書くこと(注2)もあります。

チックの汚言として出るときは、ひとり言のように突然に出る、あるいは会話の中に不自然に脈絡なく混在する、連続して出ることがある。また発音は、最初は聞きとりにくいが、強く出ると“ことば”として聞きとれる、速さやイントネーションが不自然などの特徴があります。

また状況で出やすくなる場合があります。ときどき“今言っちゃダメ”という瞬間に出てします。先生に叱られていて“バカ”ということばが出る、お母さんが夕食の準備をしているとき“まずい、まずい”，思春期になると女の子とすれちがったときに性的なことばが出ることもあります。

トゥレット先生(フランスの神経内科の医師)が、1885年に9人の重症のチックの患者さんことをまとめた論文(注3)を書いて医学専門誌に掲載されました。そのとき初めて1つの病気であることが提唱されたのです。医学の世界では、病気を最初に見つけた人の名前をつける習慣があるので、トゥレット症候群という病名になりました。そのときの9人の患者さんのうち5人に汚言が認められました。そのような歴史から、汚言は重症なトゥレット症候群の患者さんの特徴的な症状と考えられるようになりました。

その後、病気の概念が変わって運動性チックと音声チックが少しづつある軽症のお子さんも、トゥレット症候群に入るようになったのですが、たくさんのこの症候群のお子さんを診ていると、軽症のお子さんにも短期間汚言が出ることに気づきました。

トゥレット症候群の重症度の評価としては、米国のシャピロ先生が作った重症度尺度があります。これは重症の程度を6段階に分けるもので、「きわめて重度」「重度」「著明」「中度」「軽度」「きわめて軽度」の6つのレベルで、チックの重症度を示しています。たしかに汚言は「きわめて重度」「重度」のお子さんで多いのですが、「軽度」のお子さんでもときどき認めます。ただ「軽度」のお子さんでは、汚言は家では出っていて、学校では出ないことがほとんどで、短期間で消えてしまいます。

チックのあるお子さんで、家でバカ、死ねということばが出ていて、それがチックの汚言でも、学校で出ていなければ、まずは様子見て良いかもしれません。

(注1) 汚言がどのようなものは、成人の患者さんたちが、ご自身の汚言の動画を配信されています。
この動画を見て、とてもご苦労されていることも伝わってきますし、それと私自身はこの方たちの“とてもさわやかな感じ”も印象に残りました。この不思議な“さわやかさ”は、私の患者さんたちが小学校高学年から中学生くらいになったときの印象と同じように感じました。

(注2) ことばとして出てくる汚言は coprolalia ですが、書くのは coprographia、日本語では“汚書字”という表現になるのでしょうか。

(注3) トゥレット先生の論文はフランス語で書かれているのですが、医学専門誌「精神医学」の20巻9号1019-1028、10巻1125-1135、1978に、全文の日本語訳が掲載されています。
もし興味がおありなら、医学部の図書館でこの専門誌をみることができます。

Ⅱ. チックと気づきにくい動きや声について

チックはまばたきか首をふる、咳払いが多いのですが、少しわかりにくいチックもあります。

1. チックとしての舌打ち

トウレット症候群のお子さんに、チックとしての舌打ちを認めることができます。長い経過の中では、10人に一人から二人くらいでみられるのですが、これも汚言と同様に“今言っちゃダメ”という瞬間に出て、わざとやっているように見えるため、誤解されることがあります。これも汚言に近いものかもしれません。

2. 口の中を咬む

私が東京医大病院にいたころ、歯科の先生から口内炎が治らないために小児科に紹介されてきた患者さんがいました。今までの経過を聞いてみると、何種類かのチックのあるトウレット症候群のお子さんで、口の中を咬むことがやめられず細菌感染を起こしていました。

3. 触るチック

不自然に触る動きがチックとして出ることがあります。これは、自分の顔(鼻、口、額)を触るものが多いのですが、ときに家族(母親や兄弟姉妹)や友だちを触ることもあります。

4. 叩くチック

ものを叩く動作もチックとして出ることがあります。多くは自分を叩く(頭や額、胸やお腹)のですが、家族や友だちを叩くこともあります。また机や床を叩いてしまう、パソコンのマウスを持ったときに机を叩いてしまうチックもあります。

5. チックとしての唾吐き

唾を吐くのは、その場で吐く、移動して洗面所やトイレで吐く、人に向かって吐くなどがあります。おうちの中で吐くことや、洗面所で吐くのなら様子見でいいかもです。お友だちに吐きかけることは少ないです、学校で出ると、相手の子が“つばかけられた！”とけんかになります。

6. 足のチック

足のチックは、トウレット症候群のお子さんの10人に1人か2人くらいでみられるのですが、多くは不自然に飛び上がる動き(注4)で、ほかには足踏みをする、スキップする、床を踏み鳴らす、置いてある物や壁を蹴ることもあります。この中で床を踏み鳴らすチックは、集合住宅に住んでいるときは下の階の人から注意されることがありますし、おうちの壁を蹴って穴があいてしまったこともあります。

(注4) トウレット先生の論文の中の9人の患者さんは、全員飛び上がる(ジャンプする)チックを持っていました。

7. 全身の動き

小学生くらいだと、全身がピクッとする、一瞬硬直する、全身に力が入ってブルブル震えるなど3種類くらいが多いです。ピクッとする動きは、軽く出ると上半身や手だけのこともあります。硬直する動きは「ウッ」という声もいっしょに出ます。ブルブル震えるものは口を左右に引く顔の動きを伴います(注5)

(注5) ブルブル震えるチックは、幼児期にみられる身震い発作と同じような動きです。

8. チックとしてのことばの変化

反響言語(オオム返し)や反復言語(ことばを繰り返す)などは、自閉症の症状としてもみられます、トウレット症候群のお子さんでもときどき認めます。

たとえばお母さんが“どうしたの？”と聞くと、お子さんも“どうしたの”と同じことばを返すのが反響言語で、反復言語はお子さんがお母さんに“どうしたの？”と聞いたとき1回ではなく“どうしたの、どうしたの、どうしたの”と全部を繰り返すことも、“どうしたの、したの、したの”と、ことばの最後をくり返すこともあります。ただ、これは友だちも気づきにくく、お母さんも言われてみれば気づくという程度で、日常生活で困ることはありません。また吃音もチックの一部として出ることがあります。吃音は普通、幼児期後半くらいに一時的に出て、短期間で消えることが多いのですが、チックの一部として出るときは少し年齢が高く、小学生くらいでみられます。

III. チックは増えたり減ったりします。

1日の中みると、午前、午後は少なめで、夕方から夜にかけて増える傾向があり、家ではけっこう目立っていても、学校では減って目立たないことが多いです。また夜眠ると消えてしまいます。長い経過の中では1、2ヶ月ごとに増減することもあります。

また昔からチックはストレスがかかると増えるといわれてきました。たしかにストレスで増えることもあるのですが、youtubeをみていたりゲームをしたりすると増えることが多いです。またわくわくするような状況、たとえばディズニーランドに行ったときなどもしばしば増えます。この変化は、ストレスでなくとも感情が動くことで、チックが出やすくなるのだろうと思います。ただこういったチックの増加は一時的なものなので、長く影響することはありません。

IV. チックは変わっていきます。

チックはどんどん変わっていきます。たとえばまばたきのチックから始まって、首をふるようになら、それまであったまばたきが消えて、首の動きがなくなるとせき払いになってというように、症状が入れかわります。これは症状転移といいます。チックと似たような動きは自閉症のお子さんでもみられるのですが、その場合、症状転移はありません。

V. チックは出そうになる感じがわかることがあります。

チックが出る前に感じるムズムズした感じは前駆衝動といいます。これを感じたら目立たない別の動きに変えるのがハビットリバーサルで、チックの認知行動療法 CBIT（注6）の中に組み込まれています。

（注6）認知行動療法 CBIT やハビットリバーサルについては「こころの科学」194号：55-60p, 2017 の記載がとてもわかりやすく書かれています。

VI. チックが強くなったときは、どうすればよいか？

まず、お子さんに学校での日常生活に困り感があるかを聞いて、担任の先生にも教室での様子を確認します。家で目立っていても、学校では出ない、目立たなくなっていることが多いです。お子さんに困り感が無く、学校で目立っていなければ、まずは様子見でかいません。

ただ学校で叫び声が出てしまうとまわりの子もびっくりしますし、お子さん自身も声を止めようとして、お勉強に集中できなくなります。また手や体が大きく動くと授業を受けにくくなり、お子さん自身も困ってしまいます。そういうときは学校での合理的配慮（注7）を先生にお願いして、それと同時に認知行動療法 CBIT を試してみるのがいいと思います。

（注7）学校での合理的配慮については、日本トウレット協会が発行している「チック・トウレット症候群ハンドブック－正しい理解と支援のために－」にくわしく書かれています。

VII. おくすりを使うのは、どんなとき？

まだ私が東京医大病院にいたとき、自分がおくすりを出したのは、どのくらいの割合で、どのようなお子さんだったのかを調べてみました。経過の中でどこかでおくすりを使ったのは4割くらいで、予想よりは少なかったです。

おくすり（注8）を使ったきっかけを調べると、6割くらいは声のチックで、多くはアッ、アッという叫び声がきっかけでした。ただ少数ですが汚言が学校でも出たためおくすりを使ったお子さんもいました。残りの4割は、全身の大きな動きや手の動き、口の中を咬むなどの運動性チックがきっかけでした。

逆の視点からみると、そのようなチックが無ければ、おくすりは無くても、生活の工夫や学校での合理的配慮で、生活に支障なくすごせます。

（注8）おくすりについても、「こころの科学」194号：61-67p, 2017 に治療手順やおくすりの種類などが具体的に書かれています。

VIII. チックはいつがピークになるのか？

トウレット症候群のお子さんの多くは、重症度が最も高くなるのは 10 歳ごろですが、小児科の中では、6 歳、7 歳くらいの子もいます。その年齢を過ぎると、多くのお子さんたちは、チックはだんだん軽くなって消失するか、残っていても生活に支障なくすごせるようになります。

また長く受診していたお子さんたちのお母さんに、“ふり返ってみるとチックはいつごろが一番強かったでしょうか？”と聞いたことがあります。すると 8 割くらいのお母さんは、“最初に受診したころ”という答えでした。つまり、多くは受診するころ、小学生高学年くらいがピークで、それを過ぎると、おくすりを使った子も使わなかった子も、自然に軽くなっています。

ただ、精神科の先生に聞くと、中学生くらいがピークになるということでした。どうも小児科を受診するお子さんと精神科を受診する患者さんとは、なにか少し差があるようです。

IX. ピークがすぎた後は？

小学生のころに私が診ていて長い経過がわかっているお子さんが 18 人います。そのうち 9 人は大人になるまでにはチックは消えていて、8 人にチックは残っているのですが、軽いせき払いまばたきだけになって、生活に支障ない状態になっていました。ただお一人だけは少しチックが残っていました。つまり小学生くらいで、チックのために受診したお子さんの多くは、中学生から高校生くらいには、よくなっています。

X. チックのために、いじめられて登校拒否にならないか？

この不登校に対する不安は、以前の厚生科学研究(注 9)の調査の中で、お母さんたちが一番心配していたことでした。それでトウレット症候群のお子さんの不登校について調べてみました。

結論としては、“ほとんど不登校にはなりません”私がみていたお子さんで、不登校になったのは 100 人中 3 人くらいで、チックの無い子が不登校になる率とあまり差がありません。

“アッ、アッ”という声が出ると、最初はお友だちも驚きます。“どうして声ができるの？”と聞いてきます。そのときは、“ごめん、これボクのくせなんだ、止められないんだ”と説明してもらうようにしていました。親しいお友だちは、すぐ慣れが起こって(注 10)、声が出ていてもあまり気にならなくなるようで、いじめられるこどもありません。

(注 9) 厚生省は、将来社会の役に立ちそうな研究に対して、研究費を出してくれます。

(注 10) ずいぶん昔のことですが、NHK のクローズアップ現代で、トウレット症候群のことが取り上げられました。そのときお二人の患者さんが出ていたのですが、その一人 10 歳くらいの男の子が友だちと運動場の鉄棒のところで遊んでいる場面が出てきます。その子は友だちと話しながら、アッ、アッという大きな声が混じるのですが、友だちと普通に会話を続いている。そこにカメラが近かずいてインタビュアーのお兄さんが、“きみって声がでているけど、お友だちはなんにも言わないの？”と聞くのですが、その子が“ううん、何にも～”と答えたのが、とても印象的でした。

参考図書

「こころの科学」194 号

この本は毎回テーマを決めて隔月で出版される一般の雑誌ですが、2017 年に出版された 194 号がトウレット症候群の特集になっていて、学校での合理的配慮やおくすりのことなども詳細に書かれています。

「トウレット研究会会誌」

トウレット研究会は、会員が 100 名余りの小さな研究会ですが、創設されてもう 30 年以上になります。この研究会は年に 1 回開催され、1 年後には抄録の掲載された会誌を発行しています。この中にはかなり詳しい発表内容とそれに対する質疑応答がすべて掲載されていて、医学部の図書館でみることができます。

「Gilles de la Tourette Syndrome —Second Edition—」

1988 年に、Raven Press より出版されています。この本はトウレット症候群の臨床症状について、とてもくわしく書かれています。