

# Troubles de tic et syndrome de Gilles de La Tourette

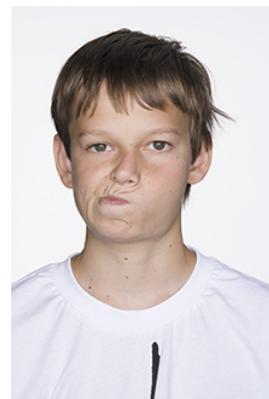


Image credit: Paul Burns | Stock.adobe.com

**Sommaire :** Les tics et le syndrome de la Tourette sont des affections où les individus ont des tics. Les tics sont des mouvements répétés et soudains provoqués par le cerveau de la personne. Notez que les tics eux-mêmes sont inoffensifs, mais sont souvent traités lorsqu'ils commencent à causer des problèmes sociaux à l'école, au travail ou à la maison. Il existe des traitements efficaces, notamment des types de thérapie comportementale ainsi que des médicaments.

## Introduction

Nous avons tous des pensées dans la tête et des envies de faire des choses. Par exemple :

- Vous pourriez avoir une démangeaison au nez et avez envie de gratter, mais vous savez que si vous parlez à votre patron, vous devez le supprimer.
- Vous pouvez voir quelqu'un qui sent vraiment mauvais, mais vous gardez cette pensée pour vous.
- Quelqu'un est grossier avec vous et vous avez envie de le jurer, mais vous ne dites rien

La plupart d'entre nous sont chanceux parce que nous avons des "freins" qui nous empêchent d'agir sur chacune de nos pensées. Mais imaginez ce que ce serait si vous aviez des « freins qui fuyaient » (pour reprendre les mots de Duncan McKinlay), et que votre corps effectuait chaque pensée que vous aviez?

Pire encore, qu'en serait-il si d'autres personnes signalaient vos tics et se moquaient de vous? C'est ce que la vie peut être pour les personnes atteintes de tics ou de syndrome de Gilles de La Tourette...

## Que sont les tics?

Les tics sont:

- Mouvements ou bruits répétés et soudains qu'une personne fait et peuvent se produire dans le visage (par exemple, des contractions dans le visage) ou dans le corps (par exemple, secousses des mains, des bras ou des jambes).
- Involontaire, ce qui signifie que la personne ne les fait pas à dessein. Dans de nombreux cas, la personne peut même ne pas être conscient qu'ils le font

## Quelles sont les causes des tics?

Fondamentalement, une partie du cerveau responsable du contrôle des muscles de la personne est sur « pilotage

automatique » et se produit toute seule, comme ce qu'il arrive lorsque vous toussiez ou éternuez.

Les tics peuvent être contrôlés pendant une courte période, mais cela nécessite beaucoup de force mentale et d'effort mental. Et alors plus tard, ces tics « refoulés » sont généralement évacués plus tard.

Des exemples courants incluent un enfant qui contrôle ses tics en classe, puis le relâche à la récréation, ou un adulte qui contrôle les tics pendant leur journée de travail, puis les libère après leur retour à la maison.

## Quels types de tics existent?

---

Les tics peuvent être classés de différentes manières, à la fois comme moteurs ou vocaux, ainsi que comme simples et complexes.

1. Les tics moteurs sont des mouvements de la tête, des bras, des jambes ou d'autres parties du corps.

a. Les tics moteurs simples sont des mouvements soudains, rapides et involontaires, qui ressemblent à un spasme musculaire. Les exemples comprennent :

- Cligner des yeux,
- Visage grimaçant,
- Hochement de la tête,
- Haussement d'épaules

b. Les tics moteurs complexes utilisent plusieurs groupes musculaires et peuvent ressembler à ceux que la personne pratique sciemment. Les exemples comprennent :

- Échopraxie : copier des mouvements faits par d'autres;
- Copropraxie : Exécute des gestes obscènes ou interdits;
- Donner des coups de pied, sautiller, sauter, sentir des objets

2. Les tics vocaux sont les tics où la personne fait du bruit.

a. Les tics vocaux simples impliquent un seul groupe musculaire. Les exemples comprennent :

- Grognement,
- Renâclant,
- Tousseur,
- Reniflement

b. Les tics vocaux complexes impliquent plus d'un groupe musculaire et peuvent donner l'impression que la personne le fait sciemment. Les exemples comprennent :

- Aboiements, sifflements
- Coprolalie : Jurer, ou même faire des remarques racistes ou sexistes, peut être extrêmement offensant si d'autres ne comprennent pas.
- Écholalie : Répéter des sons, des mots ou des phrases que la personne entend de la part d'autres personnes.
- Palilalie : répéter ses propres sons ou mots

## Quelles sont les causes des tics?

---

Bien qu'au passé des personnes atteintes de tics peut avoir été blâmé pour ayant des tics, il est aujourd'hui compris que ces individus ont une différence génétique qui provoque des déséquilibres dans certains produits chimiques du cerveau.

Dans certains cas, cette différence génétique est transmise par les parents, alors que dans d'autres, elle semble résulter d'elle-même.

## Troubles de tic et syndrome de Gilles de La Tourette

Quand une personne a des tics, cela s'appelle un trouble de tic. Lorsqu'une personne présente à la fois des tics moteurs et vocaux présents depuis plus d'un an, il s'appelle syndrome de Gilles de la Tourette

### Quelle est la fréquence des tics et du syndrome de Gilles de la Tourette?

Autant que 10 à 20 % des enfants d'âge scolaire ont des tics moteurs et/ou vocaux qui disparaissent en un an (Bagheri et al., 1999).

Chez 3 à 4 % des enfants d'âge scolaire, les symptômes de tics moteurs ou vocaux dureront plus d'un an (Leckman et al., 2001).

### Si vous soupçonnez des tics ou syndrome de Gilles de la Tourette

Si vous soupçonnez que votre enfant a des tics ou le syndrome de Gilles de La Tourette, amenez-le chez un médecin de famille ou un pédiatre. Le docteur peut faire un examen plus approfondi, puis recommander d'autres services si nécessaire.

### Qu'advient-il des tics au fil du temps?

On croyait autrefois que le syndrome de Tourette durait toute la vie, mais de nouvelles preuves suggèrent que les symptômes sont pire entre 10 et 12 ans et que les symptômes s'améliorent au cours de l'adolescence (Leckman et al., Pediatrics, 1998).

### Autres conditions observées avec des tics et le syndrome de Gilles de la Tourette

Les patients atteints du syndrome de Tourette peuvent également présenter d'autres affections, et ce sont souvent ces autres affections qui sont à l'origine des principales difficultés, au-delà des simples tics, comme par exemple

|  |   |
|--|---|
| Trouble obsessionnel-compulsif (TOC)                         | État dans lequel les personnes ont des obsessions (pensées ou images pénibles et répétitives, par exemple la peur des microbes) et/ou des compulsions (habitudes ou rituels répétitifs qu'une personne se sent obligée de faire à plusieurs reprises, par exemple le lavage des mains). |
| Trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) | Problème d'inattention et d'hyperactivité au point de causer des problèmes dans la vie.   |
| Problèmes de colère  | Une personne peut avoir des problèmes importants avec une faible tolérance à la frustration, et se mettre facilement en colère ou en colère au point de causer des problèmes dans sa vie.   |
| Rigidité mentale   | Les problèmes liés au manque de flexibilité et au fait de rester bloqué sur certaines idées ou activités, au point de causer des problèmes.   |
| Troubles de l'apprentissage                                  | Problèmes d'apprentissage dans un domaine spécifique, tel que la lecture, les mathématiques.  |
| Problèmes d'anxiété  | Des inquiétudes qui sont si graves qu'elles provoquent des problèmes dans la vie, comme empêcher la personne de pouvoir faire certaines choses.   |

### Soutenir une personne atteinte des tics et du syndrome de Gilles de la Tourette

Vous pouvez aider quelqu'un avec des tics et le syndrome de Gilles de La Tourette de nombreuses façons.

- **Acceptez qu'ils souffrent d'un tic et aidez les autres à les comprendre également.** Tout comme nous accepterions une personne qui a d'autres différences cérébrales, comme un trouble épileptique, il est important de les accepter et de les soutenir. Malheureusement, les personnes atteintes de tics sont souvent mal comprises, taquinées ou rejetées parce que les autres ne comprennent pas. Informez les membres de la famille et les enseignants sur les tics de l'enfant afin qu'ils lui apportent leur soutien. Pensez à demander à vos professionnels de la santé, ou contactez les associations de la Tourette pour plus d'informations sur la manière d'éduquer les autres.
- **Ne pas accuser.** Bien que beaucoup d'enfants atteints de tics puissent les supprimer (par exemple pendant les heures de classe), l'envie de tiquer continue à exister et doit souvent être libérée. Cependant, à cause du fait qu'un enfant est souvent exempt de tics pendant de longues périodes, les adultes pensent souvent, à tort, qu'il s'agit simplement d'une question de volonté, et qu'ils auront donc recours à la discipline ou à la punition pour prévenir les tics. Cette approche des tics n'est pas efficace, tout comme vous ne voudriez pas discipliner ou punir un enfant qui a des crises

## Traitement pour des tics

Les tics légers qui ne causent pas de difficultés graves ou qui ne gênent pas le mode de vie ne sont généralement pas traités.

Les tics modérés à sévères pouvant causer des problèmes à la maison, au travail ou à l'école peuvent être traités avec des thérapies comportementales ou des médicaments.

### 1. Thérapie comportementale pour les tics

Différentes thérapies comportementales peuvent être utiles.

Par exemple, le « renversement d'habitude » est prometteur pour les tics légers et non graves. Le renversement des habitudes implique de se former à remplacer le comportement problématique par un comportement différent, moins perturbant.

La personne atteinte de tics apprend à :

- Identifier les signaux d'alerte ou les sentiments qui précèdent l'obtention d'un tic (sentiments prémonitoires).
- Par ex. si l'enfant a un tic qui lui fait pencher la tête vers la gauche, on lui apprend à incliner la tête vers la droite.
- Une fois que la personne est consciente du tic, on lui enseigne des actions pour annuler le tic

Avantages / inconvénients de la thérapie comportementale

Les thérapies comportementales n'ont pas d'effets secondaires, contrairement aux médicaments. Cependant, il peut être difficile de faire si les symptômes sont graves, en particulier chez les jeunes enfants.

### 2. Les médicaments contre les tics comprennent:

- Agonistes alpha-adrénergiques, par exemple clonidine (Catapres), guanfacine (Intuniv)
- Médicaments bloquant la dopamine, par ex. Rispéridone (Risperdal), Olanzapine (Zyprexa), Aripiprazole (Abilify)

Avantages / Inconvénients des médicaments: Les médicaments peuvent être utiles dans les cas les plus graves, en particulier si d'autres stratégies (telles que les stratégies comportementales) n'ont pas fonctionné.

Si la personne atteinte de tics a d'autres affections telles que le TDAH / TDA (trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention / trouble de l'attention), des affections d'anxiété, le trouble obsessionnel compulsif (TOC) et les crises de rage, alors des traitements (tels que des médicaments) peuvent être utiles pour ces conditions aussi.

---

## Où trouver de l'aide?

Consultez votre médecin de famille ou votre pédiatre pour savoir s'il s'agit des tics ou du syndrome de Gilles de La Tourette et pour voir s'il serait utile de consulter un spécialiste, comme un neurologue ou un psychiatre.

Pour les thérapies comportementales, il est généralement fourni par des psychologues. Pour trouver un praticien, considérez <http://www.canadianbfrb.org/ca...>

---

## Pour plus d'informations

Budman CL, Bruun RD: Tourette Syndrome and Repeated Anger Generated Episodes, Information handout from the Tourette Syndrome Association, <http://tsa-usa.org>

Life's a Twitch is a website founded by Dr. Duncan McKinlay, a psychologist who himself has Tourette's. Web: <http://www.lifesatwitch.com>

Wilhelm, Deckersbach, Coffey et al.: Habit reversal versus supportive psychotherapy for Tourette's Disorder: Am J. Psych 2003; 160: 1175-1177.

Woods & Piacentini et al., 2004

---

## À propos de ce document

Rédigé par l'équipe eSantéMentale.ca.

---

## Avertissement

Ces informations sont proposées « en l'état » et ont pour seul but de fournir des informations générales qui complètent, mais ne remplacent pas les informations fournies par votre expert qualifié ou votre prestataire de santé. Contactez toujours un expert qualifié ou un professionnel de la santé pour obtenir de plus amples informations sur votre situation ou situation particulière.

---

## Licence Creative Commons

Vous êtes libre de copier et de distribuer ce document dans son intégralité, à condition que 1) ce matériel ne soit pas utilisé d'une manière suggérant que nous vous approuvions ou que vous l'utilisiez, 2) ce matériel n'est pas utilisé à des fins commerciales (non commerciales), 3) ce matériel n'est altéré en aucune manière (pas d'œuvres dérivées). Consultez la licence complète à <http://creativecommons.org/lic...>