

2020 교사용 뉴스레터

틱과 한국사회



학생정신건강지원센터
학교정신건강지원센터
School Mental Health Resources and research Center

1 틱은 무엇일까요?



틱은 특별한 이유 없이 자신도 모르게
얼굴이나 목, 어깨, 몸통 등의 신체 일부분을
아주 빠르게 반복적으로 움직이거나
이상한 소리를 내는 것을 말합니다.

2 틱은 나쁜 습관이 아닌 '치료가 필요한 병이다'라는 긍정적 인식의 변화



예전 우리나라에서는 틱을 질병이 아닌 나쁜 습관으로 보는 시선이 있어 치료가 늦어지는 경우가 있었지만 이제 많은 사람들에게 틱이 **치료가 필요한 병**이라는 인식이 확산 되고 있습니다.

3 대부분의 틱은 일시적으로 나타나서 자연적으로 호전되는 경우가 많습니다.

대부분의 틱은 눈을 깜박거리거나 고개를 끄덕이는 현상을 보이다가 **저절로 없어집니다.**

전체 아동의 10~20%가 일시적인 틱을 나타낼 수 있는데, 증상은 7~11세에 가장 많이 나타납니다.

일과성 틱장애

1개월 이상 지속되다가 1년 내에 저절로 없어지는 경우
(학령기 아동의 5~15%)

만성 틱장애

1년 이상 지속되는 증상(일과성 틱 발생 아동 중 1%)으로
운동틱이나 음성틱 중 한 가지만 나타남

뚜렛장애

운동틱과 음성틱 함께 발생(뚜렛장애는 1,500명 당
1명꼴로 진단)

4 올바른 진단을 위해 공존질환의 유무를 평가하는 것이 필요합니다.



틱에 대한 진료를 볼 때는 틱만 보는 것이 아니라
주의력결핍장애(ADHD)나 불안장애와 같은
공존질환을 보는 것이 매우 중요합니다.

병원을 찾을 때, 틱과 주의력결핍장애가 **공존**하는 경우는 40-60%에 이릅니다.

5 아이가 스트레스를 받아서 틱이 생긴다?



틱은 **유전적 요소와 환경적 요소가 합해져서** 나타나지만
온전히 심리적 요소에 의해서만 발생하지 않습니다.
틱은 타고 나는 유전적 요소가 있습니다.

6 뚜렛장애의 처음 양상은 얼굴과 목에서 나타나고 시간이 흐르면서 신체의 아래로 이동하며 보다 복잡한 운동으로 발전하기도 합니다.

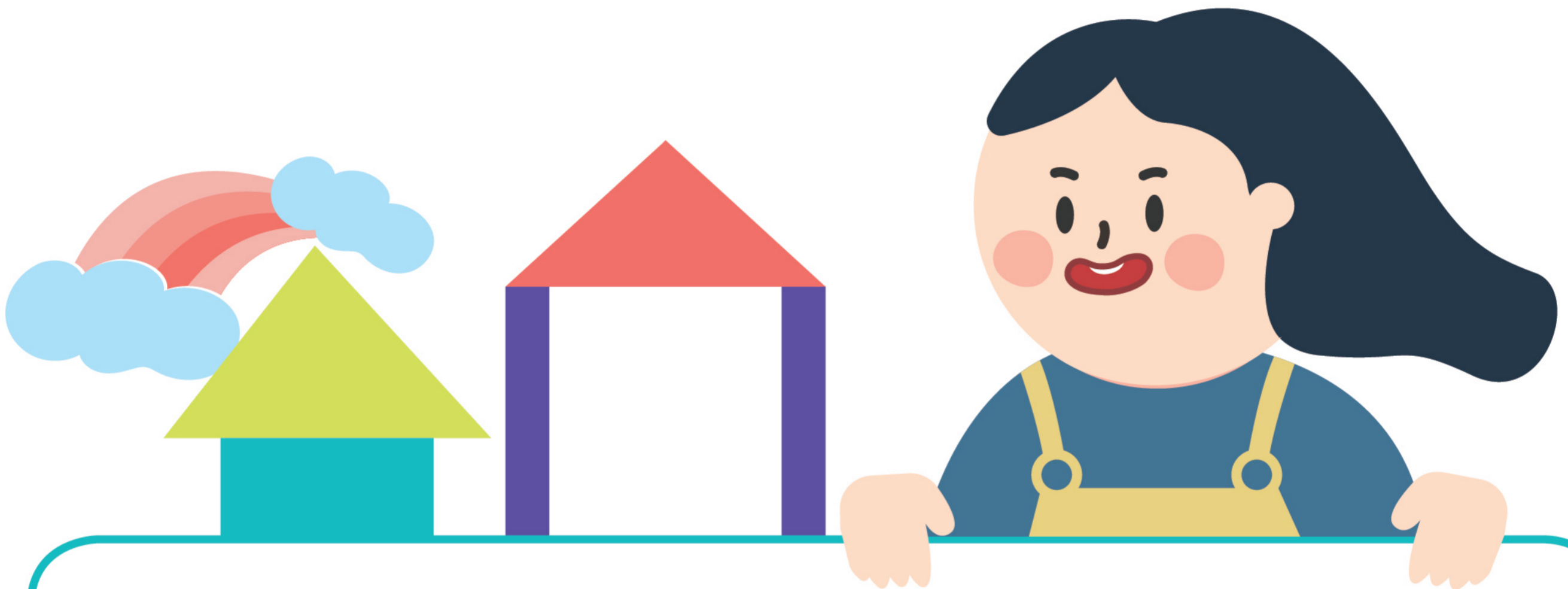


환자의 반수는 **단순틱으로 시작**해서 복잡한 근육틱이나 음성틱은 **몇 년이 지난 뒤**에야 나타납니다.

복합 운동 틱: 자신을 치는 행동, 물건이나 다른 사람을 만지거나 건드리는 행동, 옷을 매만지는 행동, 글씨를 쓰면서 연필을 잡아끄는 행동 등

음성 틱: 기침소리와 코를 훌쩍거리는 소리, 가래 뱉는 소리를 내거나 갑자기 주변 상황과 맞지 않은 말 반복 등

7 보통 18세 이전에 발병되고 대개 사춘기 초기에 가장 심했다가 감소하는 경향이 있습니다.



틱 증상의 경과는 개인마다 서로 다르지만 대개 **사춘기 초기에 가장 심했다가 사춘기 후반에서 초기 성인기까지 감소**하는 경향이 있습니다.

추적 연구에 따르면 **25%**의 환자만이 **성인기까지** 증상을 나타낸다고 합니다.

8 틱의 치료는?



1

틱장애의 치료는 전반적인 기능과 동반 정신병리, 발달과제, 가족과 사회 적응 등을 기준으로 장기간 치료해야 하며, **틱을 소멸하는 것보다 학교에 적응하거나 강박증상을 없애는 것을 우선**하는 경우가 많습니다.

2

틱 자체는 약물 치료로 상당 부분 호전됩니다. 약물치료 시 졸림, 체중 증가 등의 부작용이 동반될 수도 있지만 **일과성 틱장애인 경우에는 자연적으로 호전**되는 경우가 많습니다.

3

일상생활이나 학업에 큰 지장을 주지 않는 경우에는 일단 약물 치료 보다는 **환자와 가족에게 질병을 이해**하도록 **교육**을 하고 정서적 안정을 위한 **상담치료**를 먼저 권합니다.

더 많은 정보가 필요하시면

교육부 학생정신건강지원센터

(02-6959-4542)에

문의해주세요.



학생정신건강지원센터
학교정신건강지원센터
School Mental Health Resources and research Center