

别把孩子的“怪动作”当坏习惯，警惕儿童抽动症的早期信号

台州市立医院 2025年11月13日 22:02 浙江

敬畏生命
追求卓越

台州市立医院

台州学院附属市立医院

体检预约

点击直达“健康管理中心”
一站式服务

吐槽点赞

点击直达“市立心声码”
填写页面

健康成长是每个家庭对孩子的殷切期望。在日常生活中，一些孩子频繁眨眼、耸鼻、咧嘴的小动作，常被家长误认为是“坏习惯”或“眼睛、鼻子的小毛病”，从而忽略了背后可能存在的健康问题——**儿童抽动症**。



在儿科门诊，我们时常会遇到这样的家长：“医生，我孩子总是不停地眨眼睛，说了多少次都改不掉！”“他老是吭吭地清嗓子、吸鼻子，以为是鼻炎，治了好久也没效果。”经过详细检查，这些孩子很多都被诊断为“**儿童抽动障碍**”，这是一种**起病于儿童时期的神经发育障碍**。

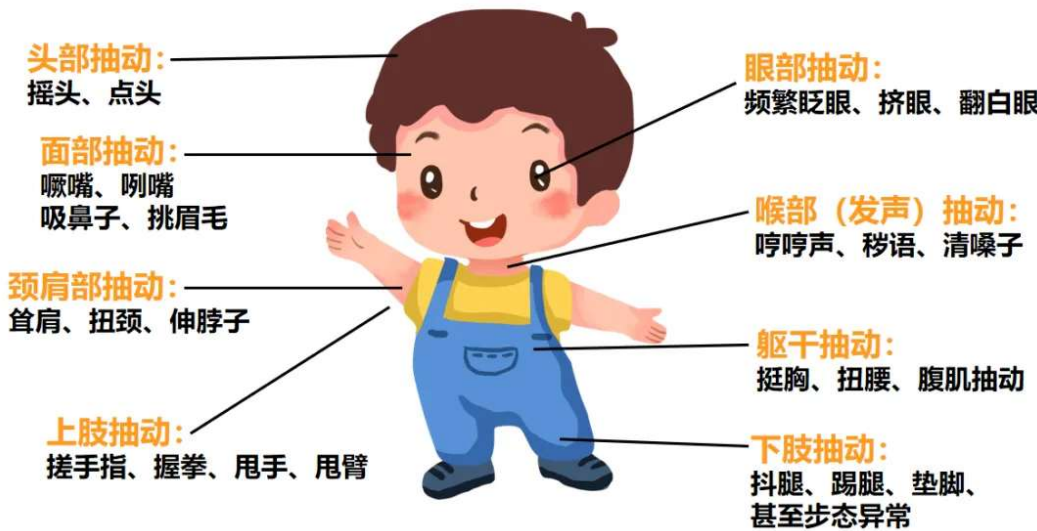
小动作，大隐患
——早期症状易被误读

儿童抽动症并非孩子故意“搞怪”或“学坏了”，而是由于**大脑神经递质失衡**等原因导致的不自主的、重复的、快速的肌肉收缩。其早期症状非常“狡猾”，极易与日常小毛病混淆：

“**频繁眨眼**”不等于眼疲劳：**这是最常见的首发症状**。许多家长首先想到的是看电视、玩手机过多导致的视疲劳或结膜炎，但滴眼药水后往往无效。

“**皱额、咧嘴、耸鼻**”不是坏习惯：这些面部小动作常被家长斥为“做鬼脸”、习惯不好，反复纠正甚至打骂，结果却发现孩子愈演愈烈。

“**清嗓子、干咳、吸鼻子**”不一定是咽炎、鼻炎：当孩子出现这类发声性抽动时，家长常带其就诊于耳鼻喉科，按慢性咽炎或过敏性鼻炎治疗，却收效甚微。



正是这些认识上的误区，导致了大量的误诊和漏诊，错过了最佳的干预期。

延误诊治，后果不容小觑

如果早期简单的运动性抽动得不到及时识别和正确干预，疾病可能会进展：

- 1. **症状复杂化**：从简单的眨眼、耸鼻，可能发展为扭脖子、耸肩、甩手，甚至更复杂的组合动作；发声性抽动也可能从清嗓子进展为发出怪叫、说脏话（秽语症）等。
- 2. **共患病风险增加**：抽动症常常不是“孤军奋战”。约半数患儿可能共患注意缺陷多动障碍（ADHD），导致注意力不集中、多动、冲动；也可能共患强迫障碍（OCD），出现反复检查、计数等行为；此外，还常伴有情绪障碍、学习困难等问题。
- 3. **心理负担沉重**：孩子会因为自己无法控制的动作和声音被同学嘲笑、被老师误解，产生自卑、焦虑、社交恐惧等心理问题，严重影响其学校生活和社会适应能力。这无疑会给患儿自身的发展和整个家庭带来沉重的精神和经济负担。



 科学应对，牢记“三早”原则

孩子不经意的“小动作”，可能是身体发出的“求助信号”。面对儿童抽动症，我们倡导“**早发现、早诊断、早治疗**”的科学原则。

首先，家长要成为“有心人”。当发现孩子出现上述不受控制的、重复性的动作或声音，且持续超过两周，排除了眼科、耳鼻喉科等相关器质性疾病后，就应高度警惕抽动症的可能。此时，**应带孩子前往正规医院的儿科、儿童抽动症专科寻求专业帮助。**

其次，诊断与治疗需系统化。医生会通过详细的问诊和评估来确诊。治疗上，并非所有抽动症都需要药物干预。对于轻度抽动，尤其是初期，物理治疗，行为干预治疗是首选，包括习惯逆转训练、综合行为干预、耳穴疗法等，效果显著。对于中重度患儿，则需要在医生指导下辅以药物治疗，以有效控制症状。

最重要的是，家庭支持是康复的“良药”：

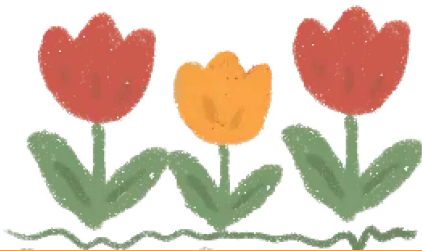
①**创造宽松环境：**家长要理解孩子的动作是疾病所致，绝非故意。不要过度关注、提醒甚至责骂他的抽动症状。**减轻孩子的学业和心理压力是关键。**

②**保证规律作息：**避免过度兴奋和疲劳，**保证充足睡眠。**限制看电视、玩电子产品的时间。

③**均衡营养，加强锻炼：**合理的饮食和适度的体育活动有助于神经系统功能的稳定。



④与学校积极沟通：告知老师孩子的实际情况，争取老师的理解与配合，避免孩子在校园中被歧视，共同营造一个支持性的成长环境。



专家简介



罗建昌 康复医学（针灸推拿）科副主任
副主任中医师 医学硕士

擅长：治疗颈源性疾病，脑卒中后遗症，脊柱、关节及脊柱相关疾病。
出诊时间：周一、周二、周三、周四全天；周五、周六上午（新院区）



作者 | 康复医学（针灸推拿）科 罗建昌

往期回顾

➤ 得病四十年浑然不知，老人成了“特困生”



好消息！
台州市立医院“一号管三天”升级啦！
更便捷 更贴心 更省钱



台州市立医院
台州学院附属市立医院
浙大二院台州分院 温州医科大学台州市立医院

敬畏生命 追求卓越

“一号管三天”

惠民措施迎重大升级！！

✔更便捷 ✔更贴心 ✔更省钱

“糯叽叽”的木薯怎么吃才安全



市立科普 · 目录

上一篇 · “糯叽叽”的木薯怎么吃才安全

内容含AI生成图片