

如何幫助有妥瑞症的子女

「關愛孩子好精神」家長教育系列

教育局 二零二二年

甚麼是「妥瑞症」？

妥瑞症是一種神經發展障礙。患者的肌肉會有突然、快速、重複和不由自主的抽動，當中主要分為運動型抽動（例如：眨眼、聳肩和搖頭晃腦）以及語聲型抽動（例如：發出咕嚕聲、清喉嚨和突然脫口說出字詞）。

患者一般於年幼時便會出現以上徵狀，這些抽動可能會為他們的日常生活帶來以下影響：

- 身體會感到疲憊或痛楚
- 難以集中精神學習
- 書寫困難，尤其當需要長時間書寫時
- 社交上的困難
- 自我形象低落
- 情緒困擾
- 當患者感到壓力和緊張時，抽動的情況會惡化

家長角色

如懷疑子女有妥瑞症，我應該……

- 儘早帶子女求診及接受評估，以安排合適的治療及支援訓練
- 主動通知特殊教育需要統籌主任（統籌主任）、班主任、校內輔導組或學校社工，以便學校為子女提供適切的支援

我的子女已被評估為有妥瑞症，我應該……

- 配合醫護專業人員建議的治療計劃，確保子女接受所需的治療及按照醫生指示服藥（如有）
- 儘早及主動向學校提供子女的特殊教育需要資料，包括轉交精神科醫生報告予學校，以便學校安排合適的支援服務
- 與校內輔導組或學校社工、統籌主任、學生支援組、班主任及科任教師溝通，以便了解子女的學習及適應情況；若有需要，共同商議合適的支援策略

在支援子女時，可考慮運用以下策略：

正面處理病情

- 引導子女以正面積極的態度來面對抽動行為，如與子女一起查閱相關資訊，加深對妥瑞症的認識及了解，有助子女適應及接納自己的情況
- 教導子女讓別人明白自己的狀況，以助融入社群，例如：如何向別人解釋自己的抽動行為

情緒處理

- 教導子女適當處理情緒的方法，例如：作深呼吸或鬆弛身體的練習等
- 跟子女一同訂定實際可行的時間表，讓學習、休息與活動交替進行，舒緩緊張的情緒

學習支援及調適

- 按抽動的情況協助子女把工作細分，並分次完成，例如：抽動較頻密時，每次安排較少份量的工作
- 協助子女明白課堂和評估調適的作用，並在決定有關安排的過程中鼓勵子女向教師表達意見

建立自信心

- 發掘子女的興趣和專長，以協助他們發展潛能

支援措施及策略

一般而言，學校可因應個別學生的情況提供下列支援：

協助學生適應校園生活

- 當學生感到十分緊張和壓迫時，讓學生在安全和寧靜的地方休息和放鬆
- 特別座位安排，包括班房及特別室
- 容許學生按能力及狀態參與課堂活動，避免令學生承受太大壓力
- 為有需要的學生提供小組或個別訓練，提升學生的社交及情緒管理技巧，避免以「減少抽動次數」作為學生的訓練目標

協助學生與師長及朋輩相處和溝通

- 積極營造關愛的校園文化，增加師生對妥瑞症的認識，促進他們以包容的態度來接納有妥瑞症的同學
- 向同學示範如何正確地回應有妥瑞症的學生的抽動
- 接納和刻意忽略學生的抽動，能減低學生的壓力和焦慮
- 為學生配對一些樂於助人的朋輩，以便在上課時給予學習或情緒上的支援
- 促進學生與朋輩之間的互動，例如安排同儕遊戲小組

協助學生參與學習活動

- 在教學策略方面，可將工作細分及突顯重點
- 為有需要的學生提供課堂上的筆記
- 訓練有需要的學生利用電腦打字代替書寫
- 按學生的需要安排功課調適，以減輕其壓力
- 按學生的需要及專業人員的建議提供特別考試安排

加強支援及家校合作

- 按需要為一些出現嚴重困難的學生提供加強支援服務，例如：制定個別學習計劃，並作定期檢

討和跟進

- 學校、家長及專業人員（如醫護專業人員、社工、心理學家等）保持緊密的協作和溝通

常用網址

教育局

主頁

<https://www.edb.gov.hk/tc/index.html>

「融情·特教」融合教育及特殊教育資訊網站

<https://sense.edb.gov.hk/tc/index.html>

「校園·好精神」學生精神健康資訊網站

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/index.html>

「全校參與模式」融合教育運作指南

https://sense.edb.gov.hk/uploads/page/integrated_education/landing/ie_guide_ch.pdf

認識及幫助有精神病患的學生 – 教師資源手冊

https://mentalhealth.edb.gov.hk/uploads/mh/content/document/CHI_Teacher's_Resource_Handbook_on_Understanding_and_Supporting_Students_with_Mental_Illness_Aug_2017.pdf

衛生署

兒童體能智力測驗服務

<https://www.dhcas.gov.hk/tc/>

學生健康服務

<https://www.studenthealth.gov.hk/cindex.html>

社會福利署

<https://www.swd.gov.hk/tc/index/>

香港社會服務聯會

<https://www.hkcss.org.hk/>

查詢電話

教育局

有關特殊教育的一般查詢 3698 3957

醫院管理局

醫院管理局精神健康專線 (24 小時) 2466 7350

衛生署

兒童體能智力測驗服務

2246 6659

學生健康服務

2349 4212

社區資源及求助熱線

<https://mentalhealth.edb.gov.hk/tc/early-identification-at-the-selective-level/helplines-and-community-resources.html>