

# Apọju ẹdun: Oye Non-Tic fun awọn iwa ti o jomọ aisan Tourette

Itọṣona fun Igbesi aye Awọn idile pẹlu aisan Tourette ati awọn Ailera Tic miiran



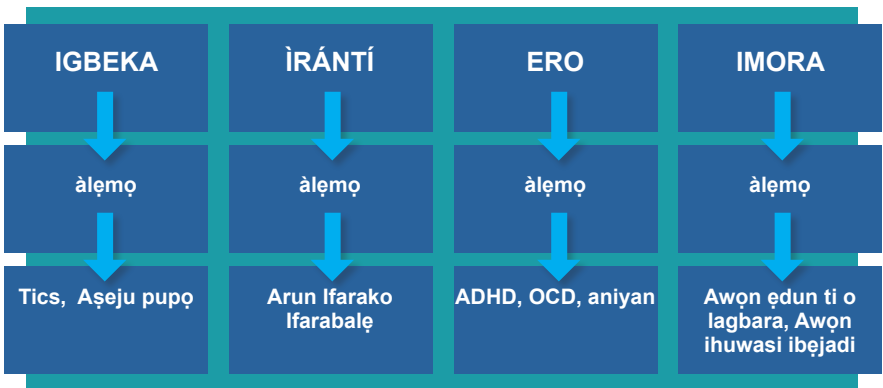
Apoju ɛɗun jẹ ɛya ti o wopọ ti aisan Tourette (TS), ti o de le tun wa ni itoƙa si bi ibinu ku, ibejadi eje lemolemo ibejadi lemolemo (IED), apoju ɛɗun, ifarako apoju ati ibejadi ɛɗun. Apoju ɛɗun waye nigbati idahun ɛɗun ko ba ipo naa mu ti o si bori agbara omo lati lo awon ogbon ojo-ori ti o ye. Idahun ɛɗun ti omo ko dogba si ipo ti omo naa n dahun. Fun apeere, obi kan beere lowo omode lati gbe bata won kuro ni enu-ona eyi fa igbe. Apeere miiran ni kilaasi n gba ere kan omo ti o ni Tourette ko le di idunnu re mu osi tesiwaju lati wa ni idamu lehin ti a ti so fun lati dake ni igba pupo.

Agbara omode lati se atunse yatọ nipase ojo ati ipo ati nitori naa awon isele wonyi le je airotele sibesibe wopo. Apoju ɛɗun le waye ni iwon idaji awon omode pelu TS (Budman et al., 2000; Ashurova et al., 2021).

## Apoju ɛɗun ati Aisan Tourette

Pupo awon eniyan pelu TS ni o kere ju aisan opolo ti nafu tabi ipo ajo-sele bi ADHD, aibale, OCD (Hirchtritt et al., 2015) eyi ti o dakun isoro isakoso isoro ati awon ipo ti o lagbara, bi rere ati odi.

Awon omode ti o ni Aisan Tourette ati awon ipo ti n waye nigbagbogbo ko le se alemo awon imolara, awon ero, awon ɛɗun, tabi awon agbeka ni imunadoko. Aini agbara lati se alemo je ti abinibi ati kii se yiyan mimo fun omo naa.







Bii TS, ko si alaye imo-jinle ti o han gbangba fun ohun ti o fa awon ibejade. Diẹ ninu awon ijinle ti rii pe won see se diẹ sii lati waye ni awon eniyan ti o ni awon ami ibere ti tics, bakanna bi iwuwo tic ti o tobi julọ (Chen et al., 2013). Ise aipe diẹ sii (Atkinson-Clement et al., 2020) ti fihan pe awon ibejadi ko ni ibatan si ewu tic. Awon ijinle loṣoṣo fihan pe won see se ma waye ni awon eniyan ti o ni TS ti o tun ni aipe akiyesi / apoju rudurudu (ADHD) (Chen et al., 2013, Atkinson-Clement et al., 2020, Hagstrom et al., 2020).

Iwadi tuntun n se iranlowo fun wa lati loye awon ijade ibejade ninu awon eniyan pelu TS. Awon oniwadi rii pe awon eniyan ti o ni TS ati awon ijade ibejadi le ni awon iyato ninu ise oṣoṣo ati pe awon ihuwasi ibejade le je ipo ti o yatọ si TS ti kii se apakan ti TS. Awon oniwadi rii pe awon eniyan ti o ni TS ati awon ijade ibejadi ko ni isakoso oṣoṣo daradara, awon isoro pelu ilana ti ɛɗun, ati ihuwasi ibinu (Atkinson-Clement et al., 2020).

## Awɔn iwa ti o wɔpɔ

Pɛlu oye ti o pɔ si ti idi ti awɔn ɔmɔde ko ni agbara ilana ɛdun, jɛ ki a dojukɔ diɛ ninu awɔn agbegbe ati awɔn iɛe nibiti o ti le rii awɔn ijade ati awɔn ihuwasi ipeniya miiran. Atɔka yii ko ni ero lati pari ůugbɔn o ůapejuwe awɔn apeɛɛɛ diɛ ti awɔn ɔran ojoojumɔ ti ɔɔɔ pɛlu Tourette ati awɔn idile wɔn ůakoso.

ILE	ILE IWE	IPO AWUJU	GBANGBA/AWUJU
Nigbati o ba beere lati da iɛe ti o fɛ duro tabi lati ůe iɛe ti kii ůe ayanfe ɔmɔ le ma duro tabi o le kɔ lati ůe iɛe naa.	Nigbati iyipada laarin awɔn kilasi ɔmɔ le ma pariwo, jade kuro ni laini, tabi kɔ lati tele awɔn ofin ile-iwe.	Nigbati o ba nɛere pɛlu awɔn ɛlegbe, ɔmɔ naa le rii pe o jɛ "oga," nigbagbogbo ni lati jɛ ɛto.	Nigbati o ba jade lairotele ůi ile itaja, ile اونje tabi iɛe awujo, ɔmɔ naa le ůe afihan awɔn ihuwasi ti ko dara gegebi ůiůe iɛe, aibalɛ tabi kɔ.
Nigbati o ba beere pe ki o lo kuro ni ile lati lo ůi ibomiran (paapaa ti o ti jɛ igbadun ni igba atijo), ɔmɔ naa le kɔ lati lo kuro.	Nigbati o ba beere lowo rɛ lati ůe iɛe ti kii ůe ayanfe, ɔmɔ naa le kɔ lati berɛ iɛe.	Nigbati o ba n ůe ere pɛlu awɔn ɛlegbe, ɔmɔ naa le ůe awɔn ofin titun lati ůe anfani fun ara wɔn.	Nigbati o ba n ůiůe, ɔmɔ naa le jɛ alaiůe, ati pe agbalagba le ma ni anfani lati pari awɔn iɛe naa.
Nigbati o ba beere lowo rɛ lati ůe awɔn iyipada lati awɔn ere fidio, ɔmɔ le kɔ tabi yo.	Lɛhin iɛe ůiůe bi اونje ɔsan, isinin tabi PE, ɔmɔ naa le ni isoro lati tunu ati ůiůe.	Nigbati o ba n ba awɔn ɛlegbe soro, ɔmɔ naa le ůe afihan awɔn ogbon awujo ti o burujo, paapaa nigbati o ba pade awɔn ɔrɛ titun.	Ni ile اونje tabi ayeɛe ojo-ibi, ɔmɔ naa le rɛwɛůe ki o so pe "Emi ko le jeun nibi, o pariwo pupo, Emi ko fɛ lati wa nibi, Mo kan fɛ lo si ile."
Nigbati inu ba bi lakoko awɔn ibaraenisepo pɛlu awɔn ohun ɔsin tabi awɔn aburo, ɔmɔ naa le ta jade ni ɔrɔ ɛnu tabi ni ti ara.	Awɔn aapon ile-ɛkɔ bii idanwo mathimatiki, igbejade ɛnu, iɛe ti o nira, tabi joko fun gigan ju, le fa ki ɔmɔ naa pariwo, alailaanu lawujo ati/tabi ko le ůe alabapin.	Omɔde naa le tumo afiyesi awɔn elomiran gɛgɛ bi 'o nifɛe wɔn' tabi 'korira wɔn.	Ni ibi ti o kunju tabi ti ariwo, ɔmɔ naa le ůe ifowokan ni wiwu ti ko ye tabi soro ůi arare ati/tabi awɔn omiiran.
Nigbati ɔmɔ ba ni wahala tabi binu, o / wɔn le ba awɔn ohun kan jɛ tabi awɔn apakan ile naa jɛ.	Ni ipo awujo nla pɛlu awɔn ɛlegbe, ɔmɔ le ma ni agbara lati gage ibaraenisepo ti awɔn miiran. Omɔde le ůe itumo awɔn aati tabi awɔn alaye ti awɔn ɛlegbe.s	Nigbati o ba n ba awɔn ɛlegbe soro, ɔmɔ naa le jɛ ikolu tabi o le jɛ ɛni ti o ůe ipanilaya laisi mimo.	Nigbati ɔmɔ ko ba le lo kuro ni ipo lesekesɛ, o / wɔn / wɔn le ni iriri ohun ti o dabi pe o jɛ aifokanbalɛ ti imolara / ihuwasi.
Lakoko awɔn اونje ɛbi, ɔmɔ naa kɔ lati wa joko tabi ůe aiseede ni tabili اونje.	Nigbati o ba nɛere ere kan, ɔmɔ naa le ni isoro lati duro de akoko, tele awɔn ofin, gbigba ojuse fun apakan wɔn, tabi o le lero pe wɔn jɛ ɛni ti o jɛbi nigbagbogbo.	Nigbati o ba n ůe ere idaraya, ɔmɔ naa le ro pe awɔn miiran ti ůe iyanje, tabi tele awɔn ofin ti ko to.	O le nira lati duro tabi duro ni laini, ati pe ɔmɔ naa le di ibeere ki o ůe afihan awɔn ɛdun nla ti ibanuje ati ainisuuru.
			

## Ilana-ara-ẹni fun Obi tabi Olutoju ati Ọmọ

Ilana ti ara ẹni ni agbara lati ẹsakoso awọn ẹdun, awọn ihuwasi, ati awọn agbeka ti o yẹ si ipo ni rere ati awọn ipo odi (Davis et al., 2020). Ilana ti ara ẹni jẹ nkan ti o nira pupọ ti o bẹrẹ lati ni idagbasoke ni ibeṣẹ igba ewe ati itẹsiwaju lati dagbasoke si agba. Ọpọlọpọ awọn ipa bi eniyan ẹ le ẹsakoso ilana-ara ẹni daradara gegebi ihuwasi eniyan, isedale, awọn igbagbo aṣa, awọn ilana awujọ, ti obi, tabi awọn asa ilera ati paapaa awọn ipo ilera, gege bi Arun Tourette (Davis et al., 2020). Ni anfani lati ẹ ilana ara ẹni jẹ pataki ni nini ẹsakoso ẹdun, ni anfani lati fiyesi, ati ni anfani lati ẹsakoso ihuwasi. Awọn iyatọ ninu ọpọlọ, pẹlu “aini àlẹmọ” ninu basal ganglia, ẹ ilana ti ara ẹni fun awọn ẹni-kọọkan pẹlu awọn tics nija ati jẹ ki o ẹ ẹ diẹ sii fun awọn ọmọde lati ẹafihan awọn ihuwasi ti kii ẹ tic ni kikọlu. Ni afikun, awọn ipo iṣọpọ, gegebi ADHD, aibale, ati rudurudu Autism, ti o ba wa, le ẹ ilana ti ara ẹni diẹ sii nija nitori awọn iyatọ ọpọlọ ninu autonomic nervous system (Davis et al., 2020). Awọn aipe ti a mọ pẹlu iṣẹ diẹ ninu awọn ọmọde ti o ni Aisan Tourette tun le jẹ ki ẹsakoso awọn ẹdun nira (Romero-Ayuso et al., 2020).



Awọn ọmọde ti o ni awọn tics ni iriri ọpọlọpọ awọn okunfa ti o le ni ipa lori awọn ẹdun ati awọn iwa wọn. Ifarabale pẹlu awọn igbiyanju inu ti awọn tics, awọn ero afeju, ati sise apoju ifarako le gbogbo ja si ijade ti awọn ẹdun jakejado ojo naa. Ni otitọ, nigbati awọn ọmọde ti o ni tics dinku awọn ẹdun tabi awọn tics ni gbogbo ojo, o wọpọ lati ri ijade ibejadi si opin ojo naa. Wọn tun lè kò láti ẹ iṣẹ àṣetiléwá wọn, èyí tó lè di ijà lálẹ lááárín ọmọ náá àtawòn óbí wòn tàbí àwọn tó ñ tójú wòn. Nitoripe ọmọ naa ti tẹ awọn tics ati ipa ati pe o ni anfani lati ẹṣiṣe - laibikita apoju ifarako wọn - lakoko ojo ile-iwe, ni akoko ti wọn de ile wọn ni iriri apoju tabi ijade ti awọn tics wọn eyiti o nira lati ẹsakoso. Ni pataki, “igo” ti awọn ẹdun wọn kun ati ki o pọ si aaye ti wọn ko le ẹ ilana ara-ẹni mọ.

Awọn isoro pẹlu ilana-ara-ẹni kii ẹ alailegbẹ si awọn ọmọde pẹlu tics. Awọn obi ati awọn alabojuto le ni awọn iriri jakejado ojo ti o yorisilara ti o reweṣi pẹlu ẹdun. Ẹṣiṣabojuto awọn ọmọde, ẹṣiṣe awọn iṣẹ, ẹṣiṣakoso iṣẹ kan, ati sise lori oorun ti o lopin gbogbo le fa apoju ti awọn ẹdun ati ni awọn igba miiran ni awọn idahun ibejadi si awọn ọmọ ẹgbẹ ẹbi. Ní kúkúrú, gbogbo wa ní “ago” kan tí ó kún àkúnwòsílẹ̀ nígbà tí a kò lè mú mọ́, tí a kò sì lè ẹtò bí ó ẹ yẹ.

## Kikọ Ilana-Ara

Şiṣe idagbasoke awọn oḡbọn ilana ti ara ẹni le nira fun oṣoṣo awọn ọmọde pẹlu TS. Awọn oḡbọn wọnyi kii ṣe pataki nikan ni iranlọwọ lati ṣakoso awọn ihuwasi ti kii ṣe tic ti aifẹ bi ọmọde, ṣugbọn awọn oḡbọn ilana ti ara ẹni ti han lati je pataki fun aṣeyọri igbesi aye nigbamii (Montroy et al., 2016). Irohin ti o dara ni pe itoju ailera ati awọn ilowosi ihuwasi ti han pe o munadoko pupọ fun ikọni ati imudarasi ilana-ara-ẹni.



Pupọ julọ itoju ihuwasi ati awọn eto itoju ailera ilana lo lo je ba kanna lati ṣe iranlọwọ fun awọn ọmọde bi o ṣe le ṣe ilana ara-ẹni. Diẹ ninu awọn ilana ti o pọju ti awọn obi ati awọn alabajuto le lo lati ṣe iranlọwọ fun awọn ọmọde ti o ni tics lati kọ ẹkọ lati ṣe ilana ti ara ẹni pẹlu:

- Ran ọmọ rẹ lọwọ lati ni oye ati gba pe ko buru lati ni awọn ẹdun ti o nira ati sọ awọn ẹdun ti o nira.
- Joko pẹlu ọmọ rẹ nipasẹ awọn ẹdun ti o nira ati sọrọ nipa awọn ẹdun ti ọmọ naa ni iriri.
- Se akiyesi awọn okunfa tabi awọn nkan ti o kun ago rẹ ki o pin pẹlu ọmọ rẹ lati ṣe iranlọwọ fun ọmọ rẹ lati mọ awọn okunfa ati ohun ti o kun ife rẹ.
- Ran ọmọ rẹ leti pe nigba miiran ife rẹ yoo kun diẹ sii ju awọn miiran lo.
- Şiṣe pẹlu ọmọ rẹ lati ṣakoso awọn ẹdun NIPADEDE lati yago fun apoju. Wo awọn apeṣe ti awọn ilana idena ti o ṣe.
- Fi da ọmọ rẹ loju pe gbogbo eniyan nilo lati kọ awọn oḡbọn lati ṣe iranlọwọ rii daju pe ago wọn ko ni apoju.

*“Oṣoṣo awọn ọmọde ni aini ipilẹ idagbasoke ti iṣan-lori eyiti a ṣe agbekalẹ ilana ara ẹni aṣeyọri. Bibéèrè lówó wọn pé kí wọn máa ṣàkóso ara wọn dà bí kéèyàn máa retí pé kí ọdọ kan máa wa ọkọ ayókélé láìsì kíláàsì idánilẹkọọ awakọ kankan.”*

— Mona Delahooke, PhD

- Fi idi mimọ pe awọn ẹdun rẹ ni ipa lori awọn miiran. Eyi le ọ́e ọ́e nipa ọ́iṣe pẹlu ọ́mọ rẹ lori bi awọn miiran ọ́e jẹ ki wọn lero. O tún lè jẹ́ kí wọn mọ ohun tí wọn ní sọ àti ohun tí wọn ní ọ́e àti bí i yẹn ọ́e lè mú káwọn èyàn mọ́.
- Awoṣe awọn ilana ilana ti ara ẹni ni ilera ati pin awọn akoko nibiti o ti ni lati ọ́e wọn.

Awọn aṣeṣe ti awọn ilana idena:

- Lilo awọn fidgets
- Idaraya
- Mimi kanle
- Iṣiwaju Isinmi Isan
- Awọn adaṣe ilẹ
- Lilo igun ifọkanbalẹ tabi adarọ ese
- Gbigbo orin
- Yiya-woran
- Kiko akiyesi
- Mimu omi
- Jijẹ ounjẹ ti o peye
- Sisun ati isinmi
- Rin rin

## Fi-farabale

Nígbà tí ọ́kàn lára àwọn mérébà idílẹ́ bá rẹ̀wẹ̀sì tàbí tí ẹ̀dùn ọ́kàn bá pọ̀ jù, ó lè nípa lórí àwọn tó kù nínú idílẹ́. Ipa yii ti awọn ọ́mọ ẹgbẹ́ ẹbi lori ara wọn ni a le ọ́e alaye nipasẹ́ imọran awọn ọ́na ọ́iṣe idile (White & Klein, 2008). Ilana awọn ọ́na ọ́iṣe idile ọ́e alaye pe gbogbo eniyan ninu ẹbi jẹ apakan ti eto isọdọ́mọ, ninu eyiti eniyan kọ́kàn jẹ́ ẹni alailegbẹ́ ti o ni awọn iwo alailegbẹ́ ati awọn ara ẹni. Gegebi aworan wiwo, ronun eyi bi ọ́mọde alagbeka, ninu eyiti awọn iye idile mojuto jẹ apakan oke ti alagbeka ti o mu ẹyọ naa papọ́, ṣugbọn awọn ege kọ́kàn jẹ́ ọ́mọ ẹgbẹ́ kọ́kàn ti idile. Itumo, nigbati ọ́mọ ba ni isoro pẹlu ilana-ara ẹni ati fifihan apoju ẹdun ti o poju, o le ni ipa lori ilana ara-ẹni ti obi.



# BÍ O ŞE LE FARABALE



Iwadi ti fi han pe lati igba ewe, awon obi ati awon omode maa n se ilana ara won (Bridgett et al. 2020). Awon obí lè tu omode lókàn tàbí kí wón fókàn balè nípa jijé kí ara won balè tàbí lílo díẹ́ lára awon ogbón ifókànbalè fúnra won. Fun idi eyi, o se pataki, gegebi obi ti omode ti o ni awon tics, lati ko eko bi o se le sakoso ilana ti ara re ati awon edun. Nipa kiko eko bi o se le se atunse awon edun re, o le se iranlowo ni isakojopo awon edun omo re (Lobo, 2020). Nipa sise apeere awon ihuwasi ilana ti ara eni ti o ni ilera, gegebi jije ounje ilera, adase, sisun oorun ti o ye, sise isaro, ati gbigba akoko fun ara re nigbati o ba ni rilara, o le safihan awon ilana ilana ilera si omo re. Itoju aileru ti ara eni, awon egbe atileyin gegebi [egbe Awon Atileyin Ayelujara TAA](#), isaro ati awon ohun elo isaro (opolojo ni ofe), ati gbigba akoko lati se adase nikan tabi pelu ore kan gegebi sise eto akoko lati lo pelu awon ore atileyin le se iranlowo.

Ni ipari, ilana ti ara eni je lile. Awon obi omode pelu awon tics, ti o ni isoro pelu ilana-ara-eni, le je paapaa lile ati edun. O se pataki lati ko omode pelu awon tics lati ko eko bi o se le se idiwu ati sakoso awon edun aife ati awon ihuwasi ti kii se tic nipase sisetu ilana ara eni ati awon ihuwasi awoşe.



## Şişakoşo awọn ihuwasi Ipenija

### Awọn Ilana Idena fun Awọn ihuwasi Ipenija

Awọn ilana lati lo şaaju ijade kan:

- Awọn alabojuto nilo lati gba akoko lati jiroro pelu omọ wọn ohun ti a mọ, akiyesi, tabi rilara şaaju ijade kan:
- Şeto akoko nigbati awọn alabojuto ati omọ ba ni ominira ati nigbati gbogbo wọn ba wa ni ero lati soro.
- Fi aanu han, pin awọn akiyesi pelu omọ naa lakoko ti o şe akiyesi awọn akiyesi ati awọn edun ti omọ naa. Tetisile daradara bi omọ şe le ni oye ti obi tabi alabojuto ko mọ.
- Şişe ni pekipeki pelu omọ naa nipa lilo diẹ ninu awọn ilana idena ti a menuba loke.
- Kan si awọn alamodaju ile-iwe ti o şişe ni pekipeki pelu omọ naa, lati şişe lori idamo ohun ti a mọ, akiyesi, tabi rilara şaaju ijade kan. AKIYESI: Awọn akosemose ile-iwe tun le şişe pelu omọ lori awọn ilana idena.

*“Iwa ipenija maa nwaye nigbati awọn ibeere ti a gbe sori omode koja awọn ogbon ti o ni lati dahun ni ibamu si awọn ibeere yen.”*

— Dr. Ross Greene

Şe akiyesi awọn okunfa bi awọn iyipada tabi awọn aapon, gegebi ariwo tabi awọn aaye ti o kunju. O ko nilo lati yago fun gbogbo awọn ipo ti o le fa omọ naa, şugbon şora lati wo ohun ti o kun ife edun naa. Fun apeere, ebi le tun ni anfani lati jade lo si onunje ale, şugbon o le yan akoko išaaju nigbati ko pariwo. Tabi olutoju kan le ni anfani lati mu omọ wa si aaye ti o dake tabi ile ni išaaju lati işele ti o kun tabi ti ariwo.

Ni kete ti adehun ba wa nipa awọn ‘awon ami’ ti ijade ti n bo, iyen ni akoko lati jiroro ohun ti omọ yoo şe dipo. Eyi yoo yatọ si nigbati omọ ba wa ni agbegbe ju nigbati o wa ni ile, nitorina nini awon eto fun awon ipo ototo yoo şe iranlowo pelu aşeyori.

Şora lori awon ami ikilo gegebi aisimi ti o po ju, aidunnu, ariwo, tabi awon alaye ti won fe lo si ile. Maşe duro titi o fi pe ju.

Şawakiri nini awon ipade ebi deede nibiti gbogbo eniyan wa si tabili lati soro nipa ose ati awon aini idile. Gbogbo eniyan ni ile kopa. Awon ipade idile le je akoko lati sayewo pelu





bi gbogbo eniyan  e n e, pin alaye, tabi  e aye e awon a eyori. Rii daju pe awon ipade idile kii  e idojuko nigbagbogbo lori awon ihuwasi ti o nira ati awon  dun. Pe u awon koko-oro rere ati awon aye fun aye e yoo  e iranlowo fun gbogbo eniyan lati pada pe u awon ikunsinu rere.

**Awon ilana lati lo ni akoko ijade kan:**

Gbe lilo awon ohun elo iran yewo fun 'lo si ibi' ti a yan'. Nigbagbogbo, ni akoko ijade, omoti ti o ni ibinu ko fe ki olutoju naa ba won soro. Aworan ti lo-si aaye bakannaa aworan ti eyikeyi awon irinse ifarako tabi awon ilana ti a ti gba tele ati lo le  e afihan fun o/won/won. Aaye, awon irinse, ati awon ilana ye ki o gbero pe u omot saaju akoko.

Gba omot laaye lati  e eto naa. O le dabi gbige si ipo miiran, lilo awon ilana mimi, tabi adase adase miiran tabi awon ilana isakoso ara eni.

MAA SE gbijanju lati da si ni akoko yii. Ti o ba  e, escalation je idi.

Duro tunu. Lo awon ilana ifokanbale tire ti o ba je dandan.

Rii daju aabo:

-  e idanimot awon ami ikilo
- Gbe awo jina
- F'ara bale
- Fi yara silo ti o ba nilo

**Awon ilana lati lo lehin ijade kan:**

- Iforowanilenuwo je dandan. Eyi nilo lati sele laarin akoko akoko nibiti gbogbo eniyan ti o ni ipa le  e iranti ijade pe u asoye ati ipele ti alaye (wakati kan si ko ju ojo kan lo), lakoko ti o tun gba aaye ati akoko lati  e ilana iriri ati isele ti nfa.
- Yin omot fun awon igbijanju akiyesi ati a eyori ti a  e akiyesi ni AKOKO.
- Jiroro awon igbokogbodwo wo lo le tubo fun awon eyan lokun.

Gbijanju lati ranti pe kii  e ti ara eni.

Iranlowo lati jo yanju isoro.

Sise pe u ege bitoju ailera, ti o ba ni okan, lori ilana  dun ati awon ilana isinmi lati lo ni idena.



## Ni paripari

N ɛ iranlɔwɔ fun awɔn ɔmɔde ati awɔn ɔdɔ pɛlu TS, Awɔn ailera Tic miiran ati awɔn ipo ti o n waye ni iɣakoso awɔn iwa ti o nija ati awɔn ɛdun nla ni ile, ile-iwe, ati ni agbegbe gba iɣe iɣaro ati iɣe. O tun gba akoko ati agbara nla. Aɣeyɔri wa lai yara ati pɛlu gbogbo awɔn ɛbi ti n ɣiɣe si idi kanna.

Jɔwɔ ɣabɛwo [www.tourette.org](http://www.tourette.org) fun awɔn ohun elo irinɣe ɛko ni afikun. Egbɛ Tourette ti Amɛrika le pese awɔn ile-iwe ati awɔn olukɔni pɛlu alaye lori Aisan Tourette ati awɔn ipo ti n waye nipa fifun igbejade inu-iɣe. Kan si [support@tourette.org](mailto:support@tourette.org) fun iranlɔwɔ tabi fun alaye diɛ sii.

## Itɔkasi

***Qmɔ ibejadi - Ross Greene***

***Ni ikɔja awɔn ihuwasi - Mona Delahooke***

**[Iikanni YouTube Tourette Association ti Amɛrika](#)**

### **Bireki Jijo**

Awɔn fidio ti a ɣe iɣeduro lati ɣe iranlɔwɔ pɛlu iɣakoso ara ɛni ati ilana ɛdun:

Igbese 1: Imoye

Igbese 2: Kilo Kun Beaker Mi

Igbese 3: Awɔn ami Ikilo pe Beaker n kun

Igbese 4: Beaker Ofo

ɣabɛwo si [oju opo weebu](#) wɔn fun alaye diɛ sii

### **Awɔn agbegbe ti Ilana**

Awɔn agbegbe ti Ilana: Agbekale lati ɣe agbero ilana-ara ati iɣakoso ɛdun.

Oju opo weɛbu yii ni:

- Awɔn ohun elo lori Awɔn agbegbe
- Awɔn ɣommu / awɔn iwe ti a ɣe igbasile
- Awɔn ohun elo ile-iwe fun awɔn eto oriɣiriɣi (kilasi, awɔn apejo, ati beɛbe lo)
- Awɔn apero oju opo weɛbu
- ɣabɛwo si [oju opo weebu won](#) fun alaye diɛ sii.

### **Awɔn itɔkasi**

Egbɛ Aɣoju ɔpolo Amɛrika, Ɔdun 2013. Aisan ati iwe afɔwɔko Iɣiro ti Awɔn rudurudu Ɔpolo (DSM-5®). American Psychiatric Pub.

Atkinson-Clement C, Porte CA, de Liege A, Klein Y, Delorme C, Beranger B, Valabregue R, Gallea C, Robbins TW, Hartmann A, Worbe Y. Awɔn iɣe ti o ni agbara ti o ga julɔ ati awɔn Tics ni Arun Tourette Ti o ni abele nipase Neɛtiwɔki ti Neural ti o wɔpɔ. Mol Psychiatry. 2020 Sep 29. doi: 10.1038/s41380-020-00890-5. Epub ahead of print. PMID: 32994553.

Ashurova M, Budman C, Coffey BJ. Ti samisi Paa: Ibinu ibinu ati awon aami aisan ibinu ni Arun Tourette. *Child Adolesc Psychiatr Clin N Am.* 2021 Apr;30(2):361-373. doi: 10.1016/j.chc.2020.10.006. Epub 2021 Feb 15. PMID: 33743944.

Bridgett, D. J., Ganiban, J. M., Neiderhiser, J. M., Natsuaki, M. N., Shaw, D. S., Reiss, D., & Leve, L. D. (2018). Awon ifunni ti Awon iya ati Awon obi ti Awon obi si Ilana-ara-eni ti Awon omode: Eri lati inu iwadi igbasile. *Imo idagbasoke*, 21 (6), e12692. <https://doi.org/10.1111/desc.12692>

Budman CL, Rockmore L, Stokes J, Sossin M. Clinical Phenomenology of Episodic Ibinu ni Awon omode pelu Arun Tourette. *J Psychosom Res.* 2003 Jul;55(1):59-65. doi: 10.1016/s0022-3999(02)00584-6. PMID: 12842232.

Chen K, Budman CL, Diego Herrera L, Witkin JE, Weiss NT, Lowe TL, Freimer NB, Reus VI, Mathews CA. Ilosiwaju ati Awon Ibasepo Ile-iwosan ti Awon Ijakadi Ibejadi ni Arun Tourette. *Psychiatry Res.* 2013 Feb 28;205(3):269-75. doi: 10.1016/j.psychres.2012.09.029. Epub 2012 Oct 4. PMID: 23040794; PMCID: PMC3543492.

Davis, EL, Brooker, RJ, Kahle, S. Siyesi oru-oru ni Eko nipa Eko-ara-ara ti ara-eni. *Psychobiology idagbasoke.* 2020; 62: 423-435. <https://doi.org/10.1002/dev.21945>

Hovik KT, Egeland J, Isquith PK, Gioia G, Skogli EW, Andersen PN, Øie M. Awon Ilana Iyato ti Awon isoro Ise Alase Lojoojumose Iyato Awon omode Pelu Arun Tourette Lati Awon omode Pelu ADHD tabi Awon Eje Arun Autism Spectrum. *J Atten Disord.* 2017 Aug;21(10):811-823. doi: 10.1177/1087054714550336. Epub 2014 Sep 24. PMID: 25253683.25253683.

Lobo, F. M., & Lunkenheimer, E. (2020). Liloje Isakoso Isakoso Ara-eni Omode Awon Apera Işokan Işokan Obi-Omo. *Idagbasoke Psychology*, 56(6), 1121–1134. <https://doi.org/10.1037/dev0000926>

Montroy, J. J., Bowles, R. P., Skibbe, L. E., McClelland, M. M., & Morrison, F. J. (2016). Idagbasoke Ilana-ara-eni koja lberese Omode. *Idagbasoke Psychology*, 52(11), 1744–1762. <https://doi.org/10.1037/dev0000159>

Romero-Ayuso, D., Alcántara-Vázquez, P., Almenara-García, A., Nuñez-Camarero, I., Triviño-Juárez, J. M., Ariza-Vega, P., Molina, J. P., & González, P. (2020). Ilana ti ara eni ninu Awon omode ti o ni Awon arun Neurodevelopmental "SR-Mrehab: Un Colegio Emocionante": Ikekọ Ilana: Iwe Iroyin Kariaye ti Iwadi Ayika ati Ilera Awujo, 17(12),4198. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124198>

White, J.M. & Klein, D.M. (2008). Ilana Awon ona sise. Awon ero idile. Sage Publications, Thousand Oaks, pp. 151-177

Atejade yii ni atilẹyin nipasẹ Ẹbun tabi Nọmba Adehun Iṣọkan, 5 NU28DD000001-02-00, ti owo nipasẹ Awọn ile-iṣẹ fun Iṣakoso ati Idena Arun. Awọn akoonu inu rẹ jẹ ojuṣe ti awọn onkọwe nikan ko si ẹ aṣoju awọn iwo osise ti Awọn ile-iṣẹ fun Iṣakoso ati Idena Arun tabi Sakaani ti Ilera ati Awọn Iṣẹ Eda Eniyan.



42-40 Bell Blvd., Suite 205, Bayside, NY 11361 [tourette.org](http://tourette.org) 888-4TOURET  
Facebook @TouretteAssociation Twitter @TouretteAssn  
Instagram @TouretteAssociation YouTube @Tourette TV