

Sensorisk overfølsomhet

Overfølsomhet for sanseinntrykk er svært vanlig ved Tourettes syndrom. Årsaken til sensorisk overfølsomhet er ukjent, og forekomsten er usikker. En studie fra 2011 med 19 voksne pasienter viste imidlertid at 80% av pasientene beskrev en økt følsomhet for ytre stimuli. Overfølsomhet for lukt var mest vanlig (70%), deretter taktil oppfatning (65%), lys (60%), lyd (55%) og smak (50%) (1).

Sensorisk overfølsomhet innebærer at en reagerer raskere, lengre eller mer intenst på sensoriske stimuli knyttet til lukt, syn, smak, hørsel, berøring og smerte. Slik overfølsomhet kan medføre smerteopplevelser, hodepine, kvalme, svetting, pustevansker, angst, redsel, irritasjon og sinne.

Sensorisk overfølsomhet kan medføre at en reagerer sterkt på lukter, unngår sterkt lys og unngår visse typer mat med en bestemt substans eller smak. Sømmer, merkelapper i klær, skrukkete klær og visse typer tekstiler kan irritere (1).

Eksempler på sensitiv overfølsomhet:

Berøring: Plages eller irriteres av sømmer og merkelapper i klær som berører huden, skrukkete klær og noen typer tekstiler. Misliker lett og/eller plutselig berøring fra andre.

Lys: Trekker seg tilbake ved for sterkt lys, myser ved sterkt lys, og ser ut til å bli desorientert.

Lyd: Reagerer på gjennomtrengende lyder eller opplever at enkelte lyder er påtrengende eller plagsomme. For eksempel andre menneskers stemme.

Lukt: Reagerer sterkt på lukter.

Smak: Unngår visse typer mat med en bestemt substans eller smak.

Årsaken til sensorisk overfølsomhet er ukjent, og forekomsten er usikker.

Sensorisk overfølsomhet kan oppleves som en vedvarende belastning som aldri går bort. Mange føler seg frustrert og misforstått og kan velge å trekke seg tilbake fra sosiale sammenhenger. Dette kan igjen føre til spenninger, angst, isolasjon og redusert livskvalitet. Alle deler av kroppen ser ut til å være like overfølsomme, og det ser heller ikke ut til at ulik grad eller intensitet av tics utgjør noen forskjell.

Det er viktig å finne gode tiltak, noe som innebærer at man må undersøke og kartlegge dette. Bevisstgjøring, kunnskap, gode strategier og/eller hjelpemidler kan bidra til økt livskvalitet for denne gruppen. Sensorisk overfølsomhet kan ha innvirkning på familieliv, og pårørende kan ha nytte av kunnskap om sensorisk overfølsomhet, enten man er forelder eller ektefelle.

Særlig om lydoverfølsomhet

Lyder som oppfattes som ubehagelige er kjente triggerere for stress ved Tourettes syndrom. Personer som er lydoverfølsomme kan forklare om smerteopplevelser i og rundt øret, hodepine, svimmelhet, kvalme, svetting, pustevansker og økt puls, frustrasjon, angst, redsel, irritasjon og sinne.

Hyperakusis handler om en unormal oppfattelse og reaksjon på lydstyrke og toneområde. Hyperakusis er et resultat av en unormal forsterkning i hørselssystemet, slik at lyder som for andre er normalt sterke oppleves som ubehagelig sterke. Normal lydstyrke kan dermed oppleves smertefull, noe som kan føre til frykt for å bli utsatt for uønsket lyd. Hyperakusis opptrer uavhengig av lydets betydning og i hvilken sammenheng lyden blir presentert.

Misofoni handler om lydens mønster og mening, og innebærer et sterkt ubehag av bestemte lyder.

Eksempler kan være spiselyder, pustelyder, snusning, klikkelyder, tikkelyder, når noen spiser blyanter, knirking i ark når noen blar i bøker, susing i takviften, osv. Munnproduserte lyder som smatting, svelging, tygging av bestemt mat, tørr munn og kremting er ofte spesielt vanskelig (2).

De kraftige ufrivillige stressreaksjonene som respons på bestemte lyder er ofte til stor frustrasjon. Lydoverfølsomheten kan føre til at man unngår bestemte situasjoner eller isolerer seg (3). Dagligdagse aktiviteter som å gå på butikken, spise middag med familien eller benytte kollektiv transport kan skape store utfordringer i hverdagen. Fungering i skole og arbeidsliv kan påvirkes.

Referanser:

1. **Belluscio B.A. et al.** Sensory sensitivity to external stimuli in Tourette syndrome patients. *Movement Disorders*. 2011.
 2. **Cavanna A.E. & Seri S.** Misophonia: current perspectives. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. 2015.
 3. **Jastreboff, M.M. & Jastreboff, P.J.** Decreased sound tolerance and Tinnitus Retraining Therapy (TRT). *Australian and New Zealand Journal of Audiology*. 2002.
-

