



تاریخ
۱۴
تیر
۱۴۰۰
دوشنبه

بیماری پارکینسون و علائم آن

دکتر حسام عبدالحسین پور

می‌تواند هر از گاهی اتفاق بیفتد، و نیاز به نگرانی نیست.

مشکلات راه رفتن و حرکتی

آیا بدن، دست و پاهای شما احساس خشکی دارد؟ آیا دیگران متوجه شده‌اند که در هنگام راه رفتن، دستان شما دیگر مثل قبل تاب نمی‌خورد؟ اگر این خشک شدن، با کمی حرکت از بین نرود، می‌تواند نشانه پارکینسون باشد. خشکی و درد در شانه، پهلوی و مچ پا (احساس گیر کردن پا در زمین) هم از اولین نشانه‌های پارکینسون است. در صورت آسیب دیدگی یا بیماری مثل آرتروز، بدن دچار خشکی و درد مشابه خواهد بود، که نیاز به نگرانی نیست.

یبوست

یکی از اولین نشانه‌های پارکینسون، یبوست است. این مشکل در اثر دیگر عوامل مثل کم آبی، مصرف بعضی از داروها، یا دیگر بیماری‌ها هم اتفاق می‌افتد.

نازک یا آرام شدن صدا

آیا صدای شما آرام یا نازک شده است؟ با وجود اینکه ممکن است شما فکر کنید گوش دیگران ضعیف شده است، اما این امر می‌تواند یکی از علائم پارکینسون باشد. بعضی از ویروس‌های قفمه سینه، می‌تواند باعث تغییر موقتی صدا شود.

اخم ناخواسته

آیا چهره شما، بی دلیل عصبانی، جدی یا افسرده به نظر می‌رسد؟ این امر می‌تواند به علت بیماری پارکینسون باشد. مصرف بعضی از داروها هم سبب بروز تغییرات ناخواسته چهره، به صورت موقتی می‌شوند.

غش و سرگیجه

احساس سرگیجه و یا غش کردن، می‌تواند نشان آمدن پایین آمدن فشار خون و بیماری پارکینسون باشد. اگر این سرگیجه، به طور مکرر و دائمی نباشد، ربطی به پارکینسون ندارد.

کج یا خم ایستادن

یکی از علائم پارکینسون که سایرین در مورد شما متوجه می‌شوند، کج یا خم شدن قامت شما است. در صورت آسیب دیدگی، درد یا بیماری، شما ممکن است در صاف ایستادن دچار مشکل شوید. همچنین بیماری‌های استخوانی هم می‌تواند سبب این مشکل شود.

در مواجهه با پارکینسون چکار کنیم؟

پزشک، برای شما برنامه‌ای در نظر می‌گیرد، که معمولاً شامل موارد زیر می‌شود:

–مراجعه به یک متخصص مغز و اعصاب

–مراجعه به یک فیزیوتراپ، پزشک گفتار درمانی یا کار درمانگر

–مشاوره با مددکار اجتماعی در رابطه با تأثیرات پارکینسون در زندگی آینده شما.

–ورزش منظم برای تأخیر در بروز علائم آینده

درمان بیماری پارکینسون

بیماری پارکینسون درمان قطعی ندارد ولی با استفاده از دارو می‌توان علائم آن را کاهش داد. مؤثرترین داروی ضد پارکینسون آل دوبا (دوپامین) به نام‌های تجاری Madopar & Sinemet می‌باشد که تمام علائم بیماری را کاهش می‌دهد ولی این دارو در دراز مدت عوارضی نیز دارد (۵ تا ۱۰ سال بعد از تجویز دارو).

رعایت بعضی نکات ساده و عملی توسط بیماران، مانند رژیم غذایی، فعالیت، و همچنین لباس و کفشهای مناسب باعث می‌شود که بیمار ضمن هماهنگی بهتر با بیماری، زندگی روزمره را ساده‌تر سپری نماید.

درمان بیماری پارکینسون



کریبیوپا لوودوپا پاسخ می دهند اما، در پاسخ آن ها نوسانات زیادی وجود دارد. از آنجا که Duopa به طور مداوم تزریق می شود، سطح خونی این دو دارو ثابت می ماند.

جاگکاری لوله نیاز به یک عمل جراحی کوچک دارد. خطرات مرتبط با وجود لوله شامل پاره شدن لوله یا عفونت در محل تزریق دارو است. آگونیست‌های دوپامین، برخلاف لوودوپا آگونیست های دوپامین به دوپامین تبدیل نمی شوند. در عوض آن ها اثرات دوپامین را در مغز تقلید می کنند.

این داروها به اندازه لوودوپا در درمان علائم پارکینسون مؤثر نیستند. با این حال دوام بیشتری دارند و ممکن است همراه با لوودوپا برای متعادل کردن اثر خاموش و روشن شدن لوودوپا مورد استفاده قرار گیرند.

آگونیست‌های دوپامین شامل پرامیپکسول (Mirapex)، روپینیرول (Requip) و روتیگوتین (Neupro)، به صورت یک پیج می باشند. آپومورفین (Apokyn) یک آگونیست دوپامین تزریقی کوتاه اثر است که برای تسکین سریع مورد استفاده قرار می گیرد.

برخی از عوارض آگونیست های دوپامین مشابه عوارض جانبی کاربیدوپا- لوودوپا است. اماهمچنین می توانند باعث توهم، خواب آلودگی و رفتارهای رنجاری مانند بیش فعالی جنسی، قمار و غذا خوردن شوند. اگر هنگام مصرف این داروها به شکل غیر معمولی رفتار می کنید که با پزشک خود مشورت کنید.

مهار کننده‌های MAO B . این داروها شامل سلزیلین (Eldepryl, Zelapar) ، rasagiline (Azilect) و (Xadago Safinamide) هستند.

آنها با مهار آنزیم مونوآمین اکسیداز در مغز از تخریب دوپامین مغز جلوگیری می کنند. این آنزیم باعث متابولیزه شدن دوپامین مغز می شود. عوارض جانبی ممکن است شامل حالت تهوع یا بی خوابی باشد.

این داروها با اضافه شدن کاربی دوپا-لوودوپا خطر ایجاد توهم را افزایش می دهند.

هر شماره؛معرفی یک بیماری و پیشگیری

و درمان آن

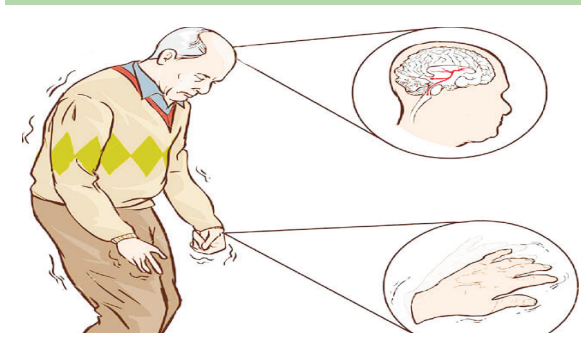
این شماره: بیماری پارکینسون

صفحه
۶
شماره
۳۱۱۶
سال
بیست و هفتم

سلامت



پارکینسون چیست و چگونه درمان می شود؟



اندک است.

جنسیت. مردان بیشتر از زنان در معرض بیماری پارکینسون هستند.

قرار گرفتن در معرض سموم. قرار گرفتن در معرض علف کش ها و سموم دفع آفات ممکن است خطر ابتلا به بیماری پارکینسون را کمی افزایش دهد.

عوارض بیماری پارکینسون

بیماری پارکینسون اغلب مشکلاتی به همراه دارد که قابل درمان هستند، از جمله:

مشکلات تفکر. ممکن است فرد مشکلات شناختی (دمانس یا زوال عقل) و مشکلات تفکر را تجربه کند. این موارد معمولاً در مراحل بعدی بیماری پارکینسون اتفاق می افتد. این مشکلات شناختی چندان به داروها پاسخگو نیستند.

افسردگی و تغییرات عاطفی. ممکن است گاهی اوقات فرد در مراحل اولیه دچار افسردگی شود. درمان افسردگی می تواند توانایی مقابله با سایر چالش های بیماری پارکینسون را آسان تر کند. همچنین ممکن است تغییرات عاطفی دیگری مانند ترس، اضطراب یا از بین رفتن انگیزه را تجربه کند. پزشکان ممکن است برای درمان این علائم داروهایی را تجویز کنند. مشکلات بلع. با پیشرفت بیماری ممکن است بلع بیمار دچار مشکل شود. بزاق به دلیل کند شدن بلع در دهان جمع می شود و منجر به سرازیری آب دهان می شود.

مشکلات جویدن و خوردن. آخرین مرحله بیماری پارکینسون بر عضلات دهان تأثیر می گذارد و جویدن را مشکل می کند. این مسئله می تواند منجر به خفگی وسوء تغذیه شود.

اختلالات خواب. مبتلایان به پارکینسون اغلب دارای مشکلات خواب هستند، از جمله بیدار شدن مکرر در طول شب، بیدار شدن زود هنگام یا خوابیدن در طول روز.

همچنین ممکن است افراد اختلال عملکرد خواب با حرکت سریع چشم را تجربه کنند که همراه با انجام دادن فعالیت هایی در خواب است. داروها ممکن است به رفع مشکلات خواب کمک کنند.

مشکلات مثانه. بیماری پارکینسون ممکن است باعث ایجاد مشکلات مثانه از جمله عدم توانایی در کنترل ادرار یا مشکل در ادرار کردن شود.

یبوست. بسیاری از مبتلایان به پارکینسون دچار یبوست می شوند که عمدتاً به دلیل کندترشدن حرکات دستگاه گوارش است.

بیمار همچنین ممکن است موارد زیر را تجربه کند:

تغییرات فشار خون. ممکن است هنگام ایستادن به دلیل افت ناگهانی فشار خون (افت فشار ارتوستاتیک) احساس سرگیجه یا سبک سری کند.

اختلال عملکرد بویایی. ممکن است در شناسایی بوها یا تفاوت بین بوها مشکل داشته باشد.

خستگی. بسیاری از مبتلایان به پارکینسون انرژی خود را از دست می دهند

و خیلی زود احساس خستگی می کنند، به خصوص در اواخر روز. علت آن همیشه مشخص نیست.

درد. برخی از مبتلایان به پارکینسون درد را تجربه می کنند، چه در نواحی مشخصی از بدن و چه در کل بدنشان.

اختلال عملکرد جنسی. برخی از افراد مبتلا به پارکینسون متوجه کاهش میل یا عملکرد جنسی خود می شوند.

پیشگیری از بیماری پارکینسون

از آنجا که علت پارکینسون ناشناخته است راههای اثبات شده برای جلوگیری از ابتلا به این بیماری نیز یک رمز و راز باقی مانده است.

برخی تحقیقات نشان داده اند که ورزش منظم هوازی ممکن است خطر ابتلا به بیماری پارکینسون را کاهش دهد.

برخی تحقیقات دیگر نشان داده اند که افرادی که نوشیدنی های حاوی کافئین می نوشند (قهوه، چای و کولا) نسبت به افرادی که آن را نمی نوشند، کمتر به بیماری پارکینسون مبتلا می شوند. با این حال هنوز مشخص نیست که آیا کافئین در واقع از ابتلا به پارکینسون جلوگیری می کند یا به طریقی دیگر با این مسئله مرتبط است. در حال حاضر شواهد و مدارک کافی برای توصیه به نوشیدن نوشیدنی های کافئین دار برای محافظت در برابر پارکینسون وجود ندارد. نوشیدن چای سبز نیز با کاهش خطر ابتلا به بیماری پارکینسون همراه است.

تشخیص بیماری پارکینسون

هیچ آزمایش خاصی برای تشخیص بیماری پارکینسون وجود ندارد. پزشکی که در زمینه بیماری های سیستم عصبی (متخصص مغز و اعصاب) آموزش دیده است، بیماری پارکینسون را بر اساس تاریخچه پزشکی، بررسی علائم و نشانه های شما و معاینه بالینی و عصبی تشخیص می دهد. پزشک ممکن است اسکن SPECT (توموگرافی کامپیوتری تک فوتونی) را که به آن اسکن انتقال دهنده دوپامین (DAT) می گویند، پیشنهاد کند. اگرچه این می تواند به تأیید تشخیص کمک کند، اما علائم و معاینه عصبی در نهایت تشخیص صحیح را تعیین می کنند. بیشتر افراد به اسکن DAT احتیاج ندارند. پزشک ممکن است آزمایش های، مانند آزمایش خون را درخواست کند تا تشخیص های دیگری که ممکن است باعث علائم شما شود را رد کند. روش های تصویربرداری مانند CT ، MRI ، سونوگرافی مغز و PETاسکن پارکینسون را تأیید می کند.گاهی اوقات برای تشخیص بیماری پارکینسون زمان لازم است. پزشکان ممکن است برای ارزیابی وضعیت و علائم شما در طول زمان و تشخیص بیماری پارکینسون قرار ملاقات های منظم با متخصصان مغز و اعصاب آموزش دیده در اختلالات حرکتی را توصیه کنند.

بیماری پارکینسون نوعی اختلال پیشرونده سیستم عصبی است که بر روی حرکت تأثیر می گذارد. علائم به تدریج شروع می شود و گاهی اوقات تنها با یک لرزش کوچک در یک دست، که فرد به سختی متوجه آن می شود، آغاز می شود. علاوه بر لرزش ها که بسیار رایج هستند، این اختلال معمولاً باعث خشکی یا کند شدن حرکت نیز می شود.

تحریریه درمانکنده:در مراحل اولیه بیماری پارکینسون ممکن است حالت چهره به میزان کم بیانگر این بیماری باشد. ممکن است دست ها هنگام راه رفتن تکان نخورند. ممکن است حرف زدن فرد آرام یا مبهم شود. علائم بیماری پارکینسون با پیشرفت بیماری و با گذشت زمان بدتر می شود.

اگرچه بیماری پارکینسون قابل درمان نیست اما دارها ممکن است علائم شما را به میزان قابل توجهی بهبود بخشند. گاهی اوقات پزشک متخصص مغز و اعصاب ممکن است برای تنظیم مناطق خاصی از مغز و بهبود علائم، جراحی را پیشنهاد کند.

علائم و نشانه های بیماری پارکینسون

علائم و نشانه های بیماری پارکینسون برای هر کسی می تواند متفاوت باشد. علائم اولیه ممکن است خفیف و غیر قابل توجه باشد. علائم اغلب از یک طرف بدن شروع می شود و معمولاً حتی بعد از ایجاد علائم در هر دو طرف، در سمت اول شدیدتر خواهد بود.



علائم و نشانه های پارکینسون ممکن است شامل موارد زیر باشد:

لرزش. لرزش معمولاً از یک اندام شروع می شود که اغلب دست یا انگشتان دست است. ممکن است فرد انگشت شست و سیابه را به هم بمالد که به آن لرزش پیل رولینگ گفته می شود. ممکن است لرزش در هنگام استراحت وجود داشته باشد.

حرکت آهسته (برادی کینزی). ممکن است با گذشت زمان بیماری پارکینسون حرکت را کند کرده و کارهای ساده را دشوار و وقت گیر کند. قدم های فرد هنگام راه رفتن کوتاه تر می شود. بلند شدن از صندلی دشوار می شود. فرد هنگام راه رفتن پاهای خود را روی زمین می کشد .

سفتی عضلات. سفتی عضلات می تواند در هر قسمت از بدن رخ دهد. عضلات سخت می تواند دردناک باشد و دامنه حرکت را محدود کند.

اختلال در قامت و تعادل. فرد می تواند قامت خمیده پیدا کند یا ممکن است دچار مشکل تعادل شود.

از دست دادن حرکات اتوماتیک. ممکن است توانایی انجام حرکات ناخودآگاه از جمله چشموک زدن، لبخند زدن یا حرکت دست ها هنگام راه رفتن کاهش پیدا کند.

تغییرات تکلم. تکلم ممکن است آرام، سریع، مبهم یا با تردید باشد و بیشتر حالت یکنواخت و بدون بالا و پایین های معمول را داشته باشد.

تغییرات نوشتار. نوشتن می تواند دشوار شود و دست خط فرد کوچک به نظر برسد.

علل بیماری پارکینسون

در بیماری پارکینسون سلول های عصبی خاصی (نورون ها) در مغز به تدریج تخریب می شوند و از بین می روند. بسیاری از این علائم به دلیل از بین رفتن نورون هایی است که یک پیام رسان شیمیایی در مغز شما بنام دوپامین تولید می کنند. هنگامی که سطح دوپامین کاهش می یابد باعث فعالیت غیرطبیعی مغز می شود و علائم بیماری پارکینسون پدیدار می شود. علت بیماری پارکینسون ناشناخته است اما به نظر می رسد عوامل مختلفی در بروز آن نقش دارند، از جمله:

ژنتیک. محققان جهش های ژنتیکی خاصی را شناسایی کرده اند که می تواند باعث بیماری پارکینسون شود. اما این موارد شایع نیستند به جز در موارد نادری که بسیاری از اعضای خانواده مبتلا به بیماری پارکینسون هستند.

اگرچه به نظر می رسد واریاسیون های خاص ژنی خطر ابتلا به پارکینسون را افزایش می دهد اما این خطر برای هر یک از این نشانگرهای ژنی بسیار کم است.

محرک های محیطی. قرار گرفتن در معرض یکسری سموم خاص یا برخی عوامل محیطی ممکن است خطر ابتلا به بیماری پارکینسون را در آینده افزایش دهد، اما خطر آن نسبتاً کم است.

محققان همچنین خاطرنشان کردند که در مغز مبتلایان به پارکینسون تغییرات بسیاری رخ می دهد، اگرچه هنوز مشخص نیست که چرا این تغییرات رخ می دهد. این تغییرات شامل موارد زیر است:

وجود اجسام لویی. مجموعه ای از مواد خاص درون سلول های مغزی نشانگرهای میکروسکوپی بیماری پارکینسون هستند که اجسام لویی نامیده می شوند و محققان معتقدند که این اجسام لویی سرخ مهمی را برای کشف علت بیماری پارکینسون در اختیار دارند.

آلفا سینوکلین در اجسام لویی یافت می شود. اگرچه بسیاری از مواد در اجسام لویی وجود دارند، دانشمندان معتقدند که مهمترین آن پروتئین طبیعی و گسترده ای است به نام آلفا سینوکلین (α-synuclein) که در تمام اجسام لویی به صورت انبوه یافت می شود وسلول ها نمی توانند آن را تجزیه کنند. این ماده در حال حاضر یک موضوع مهم و مورد توجه محققان بیماری پارکینسون است.

عوامل خطر پارکینسون

عوامل خطر بیماری پارکینسون شامل موارد زیر است:

سن. بزرگسالان جوان به ندرت به بیماری پارکینسون مبتلا می شوند. این بیماری معمولاً از میانسالی یا پیری شروع می شود و خطر آن با افزایش سن افزایش می یابد. معمولاً افراد در حدود ۶۰ سال یا بالاتر به این بیماری مبتلا می شوند.

وراثت. اگر یکی از بستگان نزدیک فرد به بیماری پارکینسون مبتلا باشد احتمال ابتلا به این بیماری در او افزایش می یابد. با این حال اگر در خانواده خود بستگان زیادی با بیماری پارکینسون نداشته باشید خطر ابتلای شما