

مرکز آموزشی در مانی امیر کبیر اراک

11 آوریل 22 فروردین 1402

روز جهانی پارکینسون

بیماری پارکینسون چیست؟

- بیماری پارکینسون نوعی اختلال پیشرونده سیستم عصبی است که بر روی حرکت تأثیر می‌گذارد. علائم به تدریج شروع می‌شود و گاهی اوقات تنها با یک لرزش کوچک در یک دست، که فرد به سختی متوجه آن می‌شود، آغاز می‌شود. علاوه بر لرزش‌ها که بسیار رایج هستند، این اختلال معمولاً باعث خشکی یا کند شدن حرکت نیز می‌شود.
- در مراحل اولیه بیماری پارکینسون ممکن است حالت چهره به میزان کم بیانگر این بیماری باشد. ممکن است دست‌ها 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 می‌شود.
- اگرچه بیماری پارکینسون قابل درمان نیست اما داروها ممکن است علائم شما را به میزان قابل توجهی بهبود بخشند. گاهی اوقات **پزشکان متخصص مغز و اعصاب** ممکن است برای تنظیم مناطق خاصی از مغز و بهبود علائم، جراحی را پیشنهاد کنند.

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 60 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 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.

ظاهر معمول بیمار مبتلا به پارکینسون



علائم و نشانه های بیماری پارکینسون



- **لرزش:** لرزش معمولاً از یک اندام شروع می شود که اغلب دست یا انگشتان دست است
- **حرکت آهسته:** ممکن است با گذشت زمان بیماری پارکینسون حرکت را کند کرده و کارهای ساده را دشوار و وقت گیر کند.
- **سفتی عضلات:** سفتی عضلات می تواند در هر قسمت از بدن رخ دهد
- **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 چشمک زدن، لبخند زدن یا حرکت دست ها هنگام راه رفتن کاهش پیدا کند
- **تغییرات تکلم و نوشتار:** تکلم ممکن است آرام، سریع، مبهم یا با تردید باشد



احساس بی‌روح بودن
در ناحیه صورت

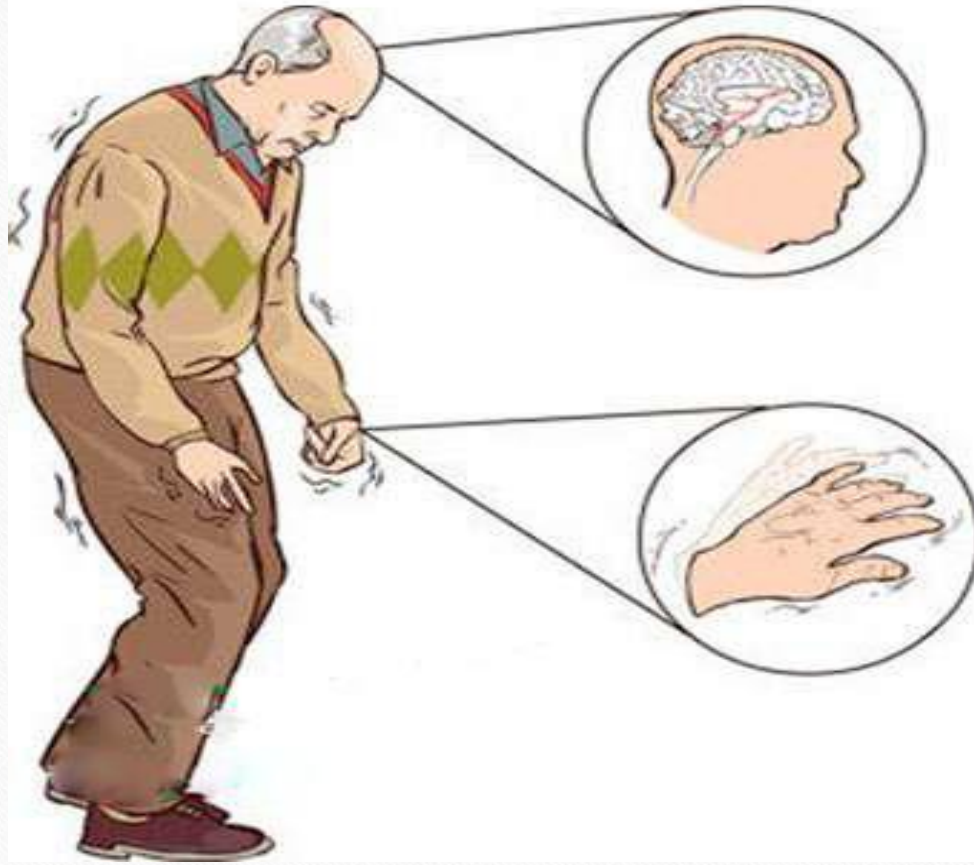
خم شدن بدن به جلو

الگوی صحبت آهسته،
خسته کننده و گنگ

کاهش نوسان دست
در هنگام راه رفتن

خشک شدن و لرزش
دست، پا و سر

قدم‌های کوتاه و ناهماهنگ



پیشگیری از پارکینسون

- از آنجا که علت پارکینسون شناخته شده نیست ، راه های اثبات شده برای جلوگیری از این بیماری نیز ناشناخته باقی مانده است.
- برخی تحقیقات نشان داده است که انجام ورزش های منظم هوازی ممکن است خطر بیماری پارکینسون را کاهش دهد.
- برخی تحقیقات دیگر نشان داده است افرادی که کافئین مصرف می کنند – که در قهوه ، چای یافت می شود ، کمتر از کسانی که کافئین مصرف نمی کنند ، به بیماری پارکینسون مبتلا می شوند.
- با این حال ، هنوز معلوم نیست که آیا کافئین در مقابل پارکینسون از بدن محافظت می کند یا به روش دیگری مرتبط است.



درمان پارکینسون



- دارو درمانی
- درمانهای جراحی
- گفتار درمانی
- فیزیوتراپی
- کاردرمانی
- مشاوره با روانپزشکان