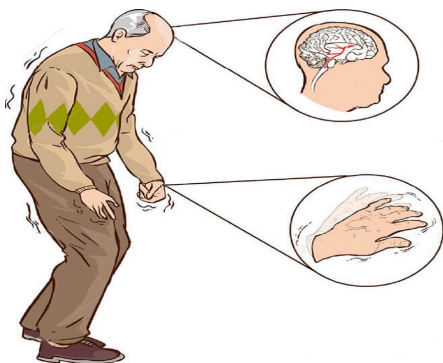




مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی امام رضا (ع)

پارکینسون



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۱/۱۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۱/۱۵

کد پمفلت: PA-04-1002

شماره بازنگری: ۰۲

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش علوم اعصاب بالینی - واحد آموزش سلامت

- پیاده روی، فیزیوتراپی و ورزش های نرم برای شما بسیار مفید خواهد بود. برنامه هایی مثل ملاقات با دوستان، انجام ورزش یوگا جهت افراد مبتلا به پارکینسون بسیار سودمند است.

- توصیه می شود داروهای خود جهت کنترل علائم بیماری به طور منظم مصرف کنید، در غیر این صورت با تأخیر هرچند اندک در زمان مصرف دارو علائمی مانند: سفتی عضلات و لرز به شدت تشدید خواهند شد.

- تغییر روحیه و افسردگی در سالمندان مبتلا به پارکینسون بسیار شایع است و علاوه بر آن استرس و اضطراب و انکار در این افراد به وفور مشاهده می شود. در صورت مشاهده علائم غیرعادی در خلق و خوی این افراد توصیه می شود به پزشک معالج خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز به مصرف داروهای ضد اضطراب و افسردگی باشد.

منبع:

Merritt's Neurology Fourteenth Edición - کتاب نورولوژی مریت ۲۰۲۲ مؤلف Dr. James M. Noble MD MS CPH FAAN, Elan D. Louis MD MS, Stephan A. Mayer MD

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)
تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

* توصیه می شود مصرف انواع ویتامین های ب شامل غلات کامل (برنج قهوه ای، جو، ارزن)، گوشت، تخم مرغ و محصولات لبنی، حبوبات و مواد غذایی حاوی منیزیم شامل: بادام، بادام هندی، بادام زمینی و کشمش و ... را افزایش دهید.

* مواد غذایی حاوی امگا ۳ شامل: ماهی، تخم مرغ، گردو و شیر و لبنیات را بیشتر مصرف کنید.

* پیش بینی می شود مصرف زیاد چربی های حیوانی به عنوان یک عامل خطر ساز برای ابتلا به بیماری پارکینسون باشد، در صورتی که حبوبات، آجیل، سیب زمینی، سبزیجات و گوجه فرنگی این امکان را کمتر می سازد.

توصیه های پس از ترخیص از بیمارستان:

- توصیه می شود بیماران بستری در بخش که معمولاً تحت درمان روش غیرتهاجمی داروی داسپتون (آپومورفین) قرار می گیرند، نحوه استفاده از پمپ آپومورفین را از پرستاران بخش آموزش ببینند.

- محل تزریق داروی داسپتون را از نظر قرمزی و التهاب بررسی کنید. بعد از جدا کردن پمپ حتماً محل تزریق را ۳ تا ۵ دقیقه ماساژ دهید و محل تزریق را هر ۱۲ ساعت در صورت دریافت دارو با پمپ تعویض کنید.

- در صورت استفاده از قلم پس از هر بار تزریق، محل تزریق را به صورت چرخشی عوض کنید.

- رعایت بهداشت فردی و بهداشت دست ها حین تزریق بسیار مهم است. لطفاً قبل از تزریق دارو دست های خود را با آب و صابون بشوئید.



مددجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با بیماری پارکینسون و مراقبت های لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

بیماری پارکینسون چیست؟

این بیماری، لرزش در وضعیت استراحت و کندی حرکات است که شیوع آن معمولا در دهه ۵۰ یا ۶۰ زندگی است اما در جوانان هم دیده می شود.

شیوع این بیماری در تمام مناطق دنیا یکسان است. در صورت عدم توازن محرک های عصبی بدن لرزش، سفتی عضلات و کندی حرکات ایجاد می شود.

بیماری پارکینسون چه علائمی دارد؟

علائم این بیماری شامل:

- (۱) لرزش بیمار همزمان با ارتعاش دست و پا در حالت استراحت
 - (۲) آهسته شدن حرکات (برادی کینزی)
 - (۳) سختی حرکات و شل شدن دست و پا یا بدن و تعادل ضعیف
 - (۴) صحبت های بیمار نامشخص و بریده بریده می شود و بدن به حالت خمیده درآمده و قدم های فرد خیلی کوتاه و دشوار می شود.
- معمولا دو یا بیشتر از این علائم در فرد مبتلا دیده می شود، مخصوصا وقتی که این علائم در یک سمت بیشتر از سمت دیگر پدیدار شود، تشخیص پارکینسون داده می شود.



بیماری پارکینسون چگونه تشخیص داده

می شود؟

هیچ روش تشخیصی آزمایشگاهی برای پارکینسون وجود ندارد و تنها راه تشخیصی، تکیه بر علائم بالینی است. با توجه به شرح حال و معاینه دقیق توسط پزشک متخصص مغز و اعصاب (نورولوژی) انجام می شود. تصویربرداری مغزی مثل ام آر آی (MRI) اغلب برای اطمینان از نبودن سایر بیماری ها انجام می گیرد.

درمان بیماری پارکینسون چگونه است؟

پیش از این، بیماری پارکینسون با داروهای خوراکی به صورت محدود کنترل می شده است یا در مواردی از طریق عمل جراحی و کارگذاری الکترودهایی در مغز به صورت تهاجمی درمان می شد. اما در حال حاضر درمان های غیر تهاجمی مؤثری برای این بیماری وجود دارد.

روش های غیرتهاجمی (داروی داسپتون) برای درمان علائمی از بیماری پارکینسون که از طریق خوراکی درمان نمی شود، کاربرد دارد و بدین طریق اختلالات حرکتی و غیرحرکتی مرتبط با این بیماری تا حدودی کنترل می گردد.

این بیماری درمان قطعی ندارد اما داروهایی مثلا لوودوپا (Levodopa)، آمانتادین، بی پریدن و سلژیلین در درمان آن تجویز می شود. گاه از جراحی نیز استفاده می شود. البته نقش کاردرمانی و فیزیوتراپی در بهبود هرچه بیشتر این بیماری بسیار موثر است.



عوارض کلی داروهای پارکینسون شامل :

اختلال در خواب، بی قراری، کم خونی، تومم و هذیان، اختلال حافظه، بی اختیاری ادرار، پوکی استخوان و یبوست از عوارض بیماری می باشند.

مراقبت خاص حین مصرف پارکینسون :

مقدار مصرف داروها را بدون دستور پزشک تغییر ندهید و مصرف داروها را طوری تنظیم کنید که با داروهای دیگر تداخل نداشته باشد. برای زمان دقیق داروها از ساعت های هوشمند و یا جعبه های دارویی استفاده نمایید. در صورت بروز عوارض شدید حتما به پزشک خود مراجعه نمایید تا از عوارض جبران ناپذیر پیشگیری شود.

رژیم غذایی مجاز و غیر مجاز:

* توصیه می شود از رژیم غذایی مدیترانه ای که شامل انواع: سبزی، میوه و حبوبات است و خطر ابتلا به بیماری پارکینسون را کاهش می دهد، استفاده کنید.

* مصرف میوه ها و سبزیجات تازه مانند: پیاز، سیر، سویا، کاسنی، قارچ ها، جو دوسر خام، جو و گندم سبوس دار را افزایش دهید.

