



آتاکی



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۱/۱۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۱/۱۵

کد پمفلت: PA-04-1010

شماره بازنگری: ۰۱

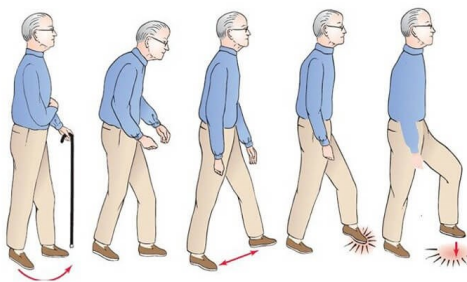
جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش علوم اعصاب بالینی - واحد آموزش سلامت

* کار درمانی: هدف از کاردرمانی این است که به شما بیاموزند چگونه با کاهش تدریجی تحرک خود سازگار شوید و مهارت‌های جدیدی که می‌توانید برای انجام فعالیت‌های روزمره استفاده کنید را ایجاد کنید. در این روش نحوه استفاده از ویلچر و سایر وسایل حرکتی را به شما آموزش می‌دهند. همچنین در مورد تغییراتی که می‌توانید برای زندگی راحت‌تر و ایمن‌تر در خانه خود ایجاد کنید مانند: نصب ریل راهنما یا بالابر پله، مشورت بگیرید.



منبع:

- کتاب پرونر و سودارث ۲۰۲۲ (مغز و اعصاب)

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می‌توانید 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

آتاکی چگونه درمان می‌شود؟

* فیزیوتراپی: برای بیشتر علائم فیزیکی آتاکی همچون مشکل در راه رفتن و مشکلات کنترل عضلات، فیزیوتراپی یک گزینه مناسب است.

* استفاده از ویتامین ای (E) طبق تجویز پزشک: برخی از تحقیقات و پژوهش‌های انجام شده نشان داده است که کمبود این ویتامین می‌تواند باعث بروز نشانه‌های آتاکی شود.

* استفاده از ویتامین ب ۱ (B1) طبق تجویز پزشک: کمبود این ویتامین که با عنوان تیامین نیز شناخته شده است در برخی از بیماران با آتاکی مربوط بوده است. تیامین برای سوخت و ساز درشت مغذی‌ها مهم است و نقش کوآنزیمی بسیاری دارد. بدون آن، عملکرد سیستم عصبی بدن مختل خواهد شد. غذاهای غنی از ویتامین ب ۱ شامل: ماهی، دانه‌ها، نان و نخود فرنگی است.

* روغن زیتون: روغن زیتون سرشار از آنتی اکسیدان و اسیدهای چرب امگا۳ است و همین امر، این روغن را به یک گزینه سالم تبدیل کرده است. افرادی که خطر ابتلا به آتاکی در آن‌ها وجود دارد، بهتر است بیشتر از روغن زیتون استفاده کنند.

* گفتار درمانی: گفتاردرمانی می‌تواند به دو مورد از رایج‌ترین علائم آتاکی کمک کند مانند: اختلال گفتار و مشکلات بلع.



مددجوی گرامی:

این مطالب به منظور آشنایی با آتاکسی و مراقبت‌های لازم بعد از آن تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

آتاکسی چیست؟

آتاکسی به حرکات بی نظم، بی دقت و مشکل در تعادل اشاره دارد. هماهنگی نیازمند فعالیت چندین قسمت از سیستم عصبی می باشد که اگر یک منطقه آسیب ببیند احتمال بروز آتاکسی وجود دارد. پزشک با معاینه تشخیص می‌دهد که علت آتاکسی اختلال در عملکرد مغز، نخاع و یا عصب است. شایع ترین قسمت مغز که مسئول ایجاد آتاکسی است، مخچه می باشد.

آتاکسی چه علائمی دارد؟

- * اختلال در تعادل هنگام ایستادن
- * مشکلات در راه رفتن که ممکن است شامل موارد زیر باشد:
- راه رفتن با قدم های باز
- تلو تلو خوردن و یا افتادن به این طرف و آن طرف
- ناتوانی در راه رفتن در یک خط مستقیم
- ناهماهنگی و بی نظمی در حرکات دست
- افتادن به دلیل عدم تعادل



* لرزش که معمولاً هنگام رسیدن اندام به هدف بدتر می شود و می تواند بازوها، پاها، سر و یا حتی کل بدن را تحت تاثیر قرار دهد.

* اختلال در صحبت کردن و عمدتاً گفتار نامفهوم

* مشکلات در حرکات چشمی که می تواند باعث تاری چشم شود.

* وجود سرگیجه

آتاکسی چه عللی دارد؟

آتاکسی یک نشانه عصبی است و نه یک بیماری، که علل متعددی دارد، از جمله:

- آسیب های مخچه شامل: وجود تومور، سکته مغزی، ضربه به سر، عفونت و...

- کمبود ویتامین مانند: پایین بودن سطح ویتامین ب ۱۲ (B12)، ب ۱ (B1) و ویتامین ای (E)

- قرار گرفتن در معرض برخی داروها به میزان زیاد و یا سموم مثل: فنی توئین، کاربامازپین، باربیتورات‌ها، داروهای آرام بخش، برخی از آنتی بیوتیک ها، لیتیوم، آمیودارون و الکل

- بیماری‌های خود ایمنی مانند: ام اس (MS)، پاسخ ایمنی در برابر تومور، التهاب عروق مغزی و یا بیماری سلیاک

- بیماری‌های متابولیک مانند: اختلال در عملکرد غدد تیروئید و یا قندخون پایین

- بیماری‌های تحلیل دهنده سیستم عصبی مانند: تحلیل سیستم های مختلف آتاکسی مخچه ای نخاعی

- علل ارثی یا ژنتیکی



آتاکسی چگونه تشخیص داده می شود؟

پزشک برای تشخیص عدم تعادل، نیاز به گرفتن شرح حال بالینی از جمله سابقه خانوادگی کامل دارد. همچنین معاینه عصبی دقیق و در صورت لزوم تست های تشخیصی ممکن است مورد نیاز باشد و شامل موارد زیر است:

- تصویربرداری: اسکن مغز با استفاده از توموگرافی کامپیوتری (CT) یا تصویربرداری رزونانس مغناطیسی (MRI) و یا ام آر آی ستون فقرات

- آزمایش خون، ادرار و نمونه مایع نخاعی

- بررسی فشار خون و عملکرد ادراری

- معاینه قلب و چشم

- مطالعات هدایت عصبی (NCS) و تست نوار عصب و عضله (EMG)

- آزمایشات خون برای آتاکسی ژنتیکی یا ارثی

