

پارکینسون

بیماری پارکینسون یک بیماری دستگاه عصبی مرکزی است و هنگامی رخ میدهد که نواحی خاصی از مغز توانایی خود در تولید دوپامین (یکی از ناقلین عصبی در مغز) را از دست میدهند. ماده سیاه، تولید کننده دوپامین در مغز می باشد که که آسیب ۸۰ درصدی این ناحیه سبب بروز تظاهرات می شود.

در این بیماری، کاهش نسبت بین دوپامین و استیل کولین موجب بروز این بیماری میشود.

علت این اختلال در اغلب موارد ناشناخته است.

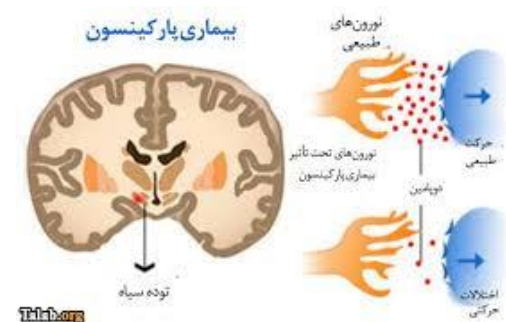
علائم پارکینسون در مراحل اولیه بیماری کم است و بیشتر اوقات در یک سمت بدن دیده میشود.

علل بروز علائم پارکینسون

* مصرف مزمن فنوتیازین ها

* مسمومیت با منگنز، جیوه و مونوکسید کربن

* بیماریهای استحال ای مغز



علائم شایع

* لرزش به خصوص در حالت عدم حرکت اندام
* سفتی عضلانی و کندی حرکت در کل بدن
* خشک شدن شانه یا لنگیدن پا در سمت تحت تاثیر قرار گرفته

از عوارض دیگر (عادی) این بیماری است.
* راه رفتن نامتناسب به حالتی که پاها به زمین کشیده می شوند و فاصله پاها از هم بیشتر از حالت طبیعی است. (قامت خمیده)
* از بین رفتن حالت چهره از جمله ثابت شدن حالت صورت (ظاهراً احساسات کمی بر چهره نمایان میشود). و یا حالت خیرگی چشم (به دلیل کاهش پلک زدن)



* تغییرات صدا، صدا ضعیف و بم میشود.

* اختلال بلع، آبریزش دهان

* توانایی ذهنی تا مراحل پیشرفته بدون تغییر می ماند و در مراحل پیشرفته به آهستگی کاهش می یابد.

* افسردگی، عصبی بودن

پارکینسون براساس دو علامت یا بیشتر از چهار

علامت مشخص می شود.

مراقبت در افراد پارکینسونی یکی از مهمترین

فرآیندهایی است که باید با توجه به شرایط

بیمار به آن توجه نمود.

مراقبتهای تغذیه ای

* در صورت عدم محدودیت مایعات باید در ۲۴ ساعت ۲ لیتر مایعات مصرف نماید.

* به دلیل داروها و کاهش حرکات دستگاه گوارش فرد مبتلا به یبوست میشود؛ در نتیجه باید از غذاهای

پرفیبر استفاده شود.

* در موارد وجود اختلال بلع، مایعات غلیظ و غذاهای

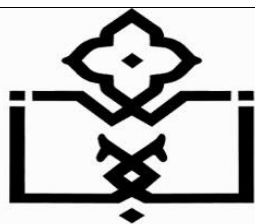
نیمه جامد راحت تراز مایعات رقیق و غذاهای جامد

بلعیده میشوند و توصیه میشود در حین غذا خوردن در

حالت راست و قائم بنشینند.

* ساعت بعداز صرف غذا در صبحانه و شام به توالی

رود و اجابت داشته باشد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات
بهداشتی درمانی استان زنجان

مرکز آموزشی درمانی الغدير اهر

واحد آموزش بیمار

پارکینسون



توصیه های مربوط به دامنه حرکتی بیمار

• بیمار بهتر است در صندلی های نرم بنشیند و قبل از بلند شدن از صندلی قدری خود را عقب و جلو کند و سپس بلند شود.

• برای اینکه بیمار بتواند تجدید قوا کند و انرژی خود را ذخیره نماید بهتر است سر ساعت مشخصی فرد به مدت نیم ساعت بخوابد.

• به دلیل کاهش دامنه حرکتی مفاصل برای لباس پوشیدن وقت بیشتری را فراهم آوریم.

• از حمل مایعات داغ به دلیل لرزش اندام پرهیز شود.

• به دلیل کندی حرکات و به دلیل سرد شدن غذا، از ظروف گرم نگهدارنده غذا استفاده شود.

• زمانی فعالیت روزانه خود را انجام دهد که دارویش اثر کرده باشد.

• مصرف ویتامین ب ۶ (B6) برای متابولیسم پروتئین و عملکرد درست سیستم ایمنی و عصبی ضروری است.



• برای کنترل لرزش دست باید از شیوه های خاصی استفاده شود که از آن جمله میتوان به در دست گرفتن سکه و بازی کردن با آن و استفاده از توپ پلاستیکی کوچک اشاره نمود.

• اینکه از مسیر راه منحرف نشوند بهتر است به بیماران آموزش داده شوند که از مسیر خط فرضی باید راه رود.

• روی سطح سفت بخوابد و چون بیمار ستون مهره هایش رو به سمت جلو خم میشود و بهتر است به پشت و بدون استفاده از بالش دراز بکشد.

• در حمام امکانات فراهم کنیم مانند گذاشتن میله در کنار دیوار و از فرشهای سرخورنده استفاده نشود.

• عصا و واکر برای بیمار اهمیت دارد.

• ورزش را برطبق دامنه حرکتی فرد انجام دهند.

منبع : مغز و اعصاب برونر سوارث ۲۰۱۸

باتابید دکتر محمد هادی محمدی متخصص مغزو اعصاب