

# ΝΟΣΟΣ ΤΟΥ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ

Τι είναι το Πάρκινσον;

Η νόσος του Πάρκινσον είναι μια εγκεφαλική διαταραχή που πήρε το όνομά της από τον James Parkinson, ο οποίος περιέγραψε τα συμπτώματα της νόσου το 1817. Οδηγεί σε τρέμουλο, δυσκολία στο περπάτημα, την κίνηση και τον προσανατολισμό. Πιο συγκεκριμένα:

Συμπτώματα:

Τα συμπτώματα της νόσου χωρίζονται σε δύο κατηγορίες, τα κινητικά που αφορούν τις κινήσεις και τα μη κινητικά που αφορούν όλα τα υπόλοιπα.

Κινητικά:

- Τρέμουλο χεριών ή ποδιών (λιγότερο συχνά κεφαλιού-σαγονιού)
- Αργή αντίδραση
- Βραδύτητα στις κινήσεις
- Επηρεάζονται οι λεπτές κινήσεις (πχ. κούμπωμα πουκαμίσου)
- Κατά το περπάτημα το άτομο γέρνει προς τα εμπρός
- Δυσκαμψία μυών
- Αστάθεια-συχνες πτώσεις λόγω διαταραχής της ισορροπίας

Μη Κινητικά

- Κατάθλιψη
- Ψυχωτικά επεισόδια
- Ψευδαισθήσεις
- Διαταραχές ύπνου
- Εύκολη κούραση
- Δυσκοιλιότητα
- Διαταραχές όσφρησης

# ΝΟΣΟΣ ΤΟΥ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ

## Διάγνωση

Η διάγνωση γίνεται από κάποιον γιατρό με βάση το ιατρικό προφίλ του ασθενούς αλλά και τα συμπτώματα. Η διάγνωση των συμπτωμάτων στους ηλικιωμένους είναι δυσκολότερο να γίνει λόγω και της ηλικίας τους. Ωστόσο με την πάροδο του χρόνου και την εξέλιξη της νόσου γίνονται πιο εμφανή.

## Αίτια

Τα αίτια δεν είναι σίγουρα, αλλά τα άτομα που πάσχουν από τη νόσο εμφανίζουν χαμηλά επίπεδα ντοπαμίνης (η ντοπαμίνη συμμετέχει ενεργά στα συστήματα του εγκεφάλου που σχετίζονται στις πράξεις με ένα σκοπό).

## Θεραπεία

Η νόσος δεν θεραπεύεται ολοκληρωτικά, απλώς μετριάζονται τα συμπτώματα της. Αυτό γίνεται με αναπλήρωση των επιπέδων ντοπαμίνης.

## Εμφάνιση



Άτομο που πάσχει από

Πάρκινσον.

# ΝΟΣΟΣ ΤΟΥ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ

Η νόσος Πάρκινσον μπορεί να πάρει χρόνια μέχρι να εμφανιστούν τα συμπτώματα καθώς δεν επηρεάζεται κάθε άτομο με τον ίδιο τρόπο

- Είναι πιο συνηθισμένη ανάμεσα σε άτομα ηλικίας πάνω από 60 χρονών.
- Μπορεί να επηρεάζει ενήλικους οποιασδήποτε ηλικίας.
- Επηρεάζει τόσο άντρες όσο και γυναίκες από όλες τις κουλτούρες και στιλ ζωής.
- Δεν είναι μεταδοτική

Όσον αφορά την μεταδοτικότητα-κληρονομικότητα, μόνο σε σπάνιες περιπτώσεις έχουν εντοπιστεί άνθρωποι με γονίδια για την εμφάνιση της νόσου.

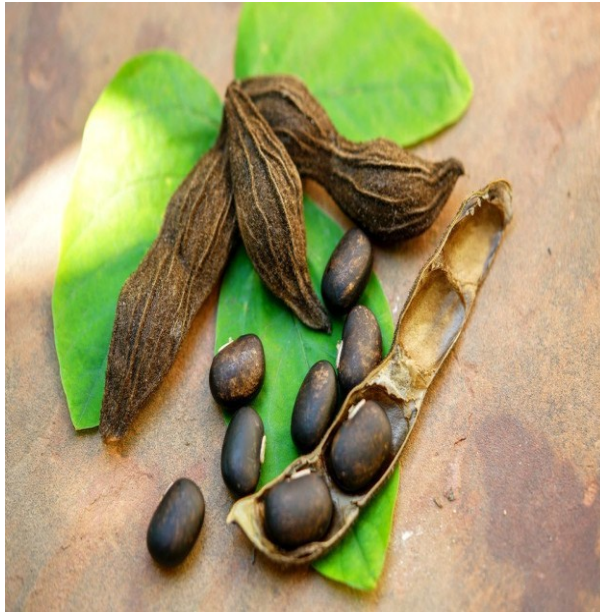
## Αντιμετώπιση

Μια υγιής ζωή είναι ο καλύτερος τρόπος για τη διαβίωση με τη νόσο του Πάρκινσον. Δίνει επίσης στο σώμα καλύτερη πιθανότητα να αντεπεξέρχεται στα συμπτώματα. Τρώγοντας καλά και ασκούμενοι τακτικά βοηθά στην διατήρηση των μυών ευλύγιστων και δυνατών, βοηθώντας με την ισορροπία, τη στάση του σώματος και τον τρόπο κίνησης.

Επίσης, φυτικά εκχυλίσματα που περιέχουν L-DOPA είναι διαθέσιμα: υψηλής-απόδοσης πηγές περιλαμβάνουν το *Mucuna pruriens* (βελούδινο φασόλι) και το *Vicia faba* (κουκί). Η λεβοντόπα ή L-DOPA είναι πρόδρομο μόριο της τυπασμένης. Χρησιμοποιείται για την ανακούφιση των συμπτωμάτων της νόσου Πάρκινσον, καθώς στη νόσο αρχικού σταδίου μετατρέπεται από τους εναπομείναντες νευρώνες στη μέλαινα ουσία σε ντοπαμίνη.

Στις εικόνες που ακολουθούν βλέπουμε το *Mucuna pruriens* και το *Vicia faba* αντίστοιχα.

## ΝΟΣΟΣ ΤΟΥ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ



Και μία μαρτυρία από έναν νευρολόγο, πάσχοντα από Πάρκινσον...

Διαγνώστηκα, λοιπόν, με Πάρκινσον περισσότερο από δύο χρόνια πριν. Από εκείνη την ημέρα και μετά, έχω μια διαφορετική σχέση με τον εγκέφαλο - το κυρίαρχο ερευνητικό μου ενδιαφέρον τα τελευταία 20 χρόνια. Τώρα γνωρίζω πως είναι να έχεις μια νευρολογικής φύσεως διαταραχή και μπορώ να εξερευνήσω τις εκφάνσεις της από πρώτο χέρι. Για παράδειγμα, το πολύ περίεργο σύμπτωμα που είναι γνωστό ως «πάγωμα». Μερικές φορές, όταν προσπαθώ να σηκώσω το χέρι μου... απλά δεν τα καταφέρνω. Παρατηρήστε: δεν είπα δεν μπορώ. Δεν συμβαίνει κάτι στο ίδιο μου το χέρι. Εξακολουθεί να είναι ισχυρό και να έχει τη δυνατότητα κίνησης, αλλά εγώ χρειάζεται να καταβάλλω προσπάθεια και να συγκεντρωθώ, ώστε να το καταφέρω. Συχνά μάλιστα πρέπει να προσπαθήσω σε τέτοιο βαθμό, ώστε εγκαταλείπω οτιδήποτε άλλο απασχολεί τον εγκέφαλο μου εκείνη την στιγμή, π.χ. να μιλάω σε κάποιον. Μερικές φορές, όταν κανείς άλλος δεν είναι γύρω μου, χρησιμοποιώ το άλλο μου χέρι για να μετακινήσω αυτό που "αρνείται"...

# ΝΟΣΟΣ ΤΟΥ ΠΑΡΚΙΝΣΟΝ

Πως η νόσος του Πάρκινσον έχει επηρεάσει τον τρόπο με τον οποίο κάνω επιστήμη σε καθημερινή βάση; Είναι γεγονός ότι οι τεχνικές που χρησιμοποιώ στο εργαστήριο απαιτούν σημαντική κινητική δεξιότητα και ακρίβεια. Επομένως, χρειάστηκε να τροποποιήσω κάποιες κινήσεις που είχα μάθει/συνηθίσει παλιότερα. Π.χ., παίρνω περισσότερο χρόνο για την εκτέλεση μιας διαδικασίας, αντισταθμίζοντας παράλληλα με το "καλό" μου χέρι ή χρησιμοποιώντας διαφορετική λαβή για τη χρήση ενός οργάνου. Μετά από όλα αυτά, είναι αξιοσημείωτο πως έχω καταφέρει να σταθώ ικανός και παραγωγικός μπροστά στον πάγκο. Το μάθημα για μένα ήταν ότι τα λεγόμενα "εργαστηριακά χέρια" έχουν περισσότερο να κάνουν με την εμπειρία και την προσοχή στη λεπτομέρεια, παρά με την επιδεξιότητα. Οι χαμηλές - μέτριες δόσεις φαρμάκων που λαμβάνω έχουν βοηθήσει την κατάσταση, όπως επίσης ο καλός ύπνος και η άσκηση. Πλέον, αισιοδοξώ πως θα είμαι σε θέση να συνεχίσω την έρευνα μου για πολλά χρόνια, ίσως και επ'αόριστον.

## ΠΗΓΕΣ:

- [Wikipedia](#)
- [Lifo.gr](#)
- [Iatropedia.gr](#)
- [Iatronet.gr](#)