

*Специалисты КГБУ СО «КЦСОН «Пировский» предлагают вашему вниманию очередное занятие в «Школе родственного ухода» на тему «Болезнь Паркинсона. Симптомы и признаки. Профилактика и лечение».*

Данным заболеванием страдают преимущественно пожилые люди, которые перешагнули рубеж пенсионного возраста (60 лет). Главное – вовремя заметить начавшиеся изменения и принять меры. Заболевание, которое проявляется из-за медленной гибели нервных клеток и окончаний, отвечающих за двигательные функции. Начинается все с дрожания рук и невозможности их расслабить. Появляется неустойчивое положение, отдельные части тела ведут себя напряженно - голова, кисти, пальцы.

Постепенно больной теряет возможность свободно передвигаться, мыслить, действовать:

- уменьшается физическая активность;
- движения становятся ограниченными;
- затрудняются умственные способности, пропадает эрудиция, возможность принимать решения;
- ухудшается память.

Болезнь будет прогрессировать до тех пор, пока человек полностью не утратит физические и умственные способности. Важно быстро и своевременно заметить изменения в близком человеке, начать лечение, чтобы не допустить быстрого угасания организма.

К сожалению, в большинстве случаев, пожилой человек остается в полном одиночестве, так как родные могут находиться в другом городе или стране, а соседи не могут в полной мере обеспечить полноценный уход и грамотную врачебную помощь. В подобных ситуациях лучшим выбором будет помещение гражданина в специализированные пансионаты для людей в возрасте.

## **Причины**

Точные причины возникновения болезни Паркинсона не выявлены. Ученые смогли определить лишь ряд факторов, повышающих риск развития нейродегенеративных процессов:

- ✓ естественные процессы старения организма, сопровождающихся снижением способности тканей к регенерации;
- ✓ хроническая нехватка витамина Д, защищающего нейроны от патологического воздействия токсинов;
- ✓ интоксикация солями тяжелых металлов, пестицидами, алкоголем;
- ✓ плохая экологическая обстановка в регионе проживания;
- ✓ прием некоторых лекарственных средств (например, хлорпромазин);
- ✓ хроническая недостаточность кровоснабжения головного мозга (на фоне атеросклероза, остеохондроза шейного отдела позвоночника и т.п.);
- ✓ инфекции, поражающие центральную и периферическую нервную систему (менингит, энцефалит, герпесвирусы, грипп);
- ✓ опухоли головного мозга;
- ✓ черепно-мозговые травмы;
- ✓ курение;
- ✓ частые и длительные стрессы, хроническая усталость.

## Симптомы

Болезнь Паркинсона проявляется специфическими признаками, которые в комплексе составляют четкую картину заболевания:

- ✓ тремор: мелкое дрожание начинается с одной руки и затем распространяется на обе конечности и голову; движение пальцев чем-то напоминают счет монет; во время выполнения целенаправленных движений (например, во время работы за компьютером);
- ✓ общая замедленность движений (брадикинезия): пациент нередко застывает в одной позе;
- ✓ специфическая походка: человек передвигается мелкими, шаркающими шагами, как будто постоянно находится на очень скользком льду;
- ✓ обедненность мимики: формируется эффект маски из-за низкой подвижности мимической мускулатуры;
- ✓ монотонная, тихая речь;
- ✓ повышенный тонус мускулатуры (мышечная ригидность): фигура становится сутулой, руки и ноги слегка согнуты, голова склонена вперед;
- ✓ поструральная неустойчивость: у человека возникают затруднения с началом и окончанием движения, в результате чего способность удерживать равновесие снижается;
- ✓ нарушения работы вегетативной нервной системы: жирность кожи, избыточное выделение слюны и пота;
- ✓ снижение обоняния;
- ✓ запоры, нарушения мочеиспускания.

В отличие от других нейродегенеративных заболеваний, болезнь Паркинсона почти не влияет на интеллект на ранней и средней стадии развития. По мере прогрессирования патологии отмечается снижение скорости мышления и разговора, снижение настроения, депрессия и безучастность ко всему происходящему.

## Формы болезни

В зависимости от преобладающей симптоматики, выделяют три формы болезни Паркинсона:

- ✓ акинетико-ригидная: на первый план выходит гипертонус мышц, который со временем может перейти в полную неподвижность;
- ✓ дрожательная: преобладающим симптомом является тремор;
- ✓ смешанная: патология начинается с тремора рук, затем присоединяется гипокинезия.

## Стадии развития

В настоящее время врачи выделяют 5 стадий болезни Паркинсона, проявляющиеся определенным комплексом симптомов:

- ✓ 0 стадия: отсутствие клинических проявлений;
- ✓ 1 стадия: появляются небольшие затруднения движения одной руки, небольшой тремор сначала при волнении, затем в покое; нарушаются обоняние и сон, появляется усталость и апатия;

- ✓ 2 стадия: нарушения захватывают вторую руку, появляется дрожание языка и нижней челюсти; слюнотечение; формируется гипокинезия; способность к самообслуживанию сохраняется;
- ✓ 3 стадия: скованность и обеднение движений нарастает, мимика почти отсутствует; формируется специфическая походка и поза; во время разговора больной начинает застревать на одном и том же слове; самообслуживание затруднено, но возможно;
- ✓ 4 стадия: формируется постуральная неустойчивость, больной начинает часто падать; начинает страдать интеллект, нарастает депрессия; в это время нередко попытки суицида; человеку требуется помощь для выполнения простейших действий;
- ✓ 5 стадия: проявления достигают апогея, человек не может самостоятельно садиться, вставать и ходить, прием пищи затруднен из-за нарушений глотания; утрачивается контроль над дефекацией и мочеиспусканием; больной требует постоянного ухода.

## Диагностика

Диагноз болезни Паркинсона ставится на основании характерной клинической картины. Пациента осматривает невролог, который отмечает типичные признаки. В обязательном порядке уточняются жалобы, собирается анамнез заболевания (история появления признаков) и жизни (сведения о перенесенных травмах, хронических заболеваниях, хирургических вмешательствах). Лабораторная и инструментальная диагностика используется для уточнения сопутствующей патологии и исключения других причин неврологических нарушений.

## Лечение болезни Паркинсона

В настоящий момент успешно подобранное лечение болезни Паркинсона может приостановить процесс дегенерации и снизить выраженность патологической симптоматики. Болезнь начинает прогрессировать медленнее, что позволяет пациентам дольше оставаться в хорошей форме. Правильно подобранное лечение значительно снижает риск развития осложнений, вот почему важно своевременно обратиться к врачу.

## Немедикаментозное лечение

Медикаментозное лечение дополняется физиотерапией, ЛФК и массажем. Физиотерапия используется для активации процессов метаболизма и усиления кровотока в головном мозге. В зависимости от состояния пациента и сопутствующих заболеваний могут быть назначены:

- ✓ магнитотерапия;
- ✓ ультразвуковая стимуляция;
- ✓ электросон;
- ✓ минеральные ванны;
- ✓ иглорефлексотерапия.

Массаж направлен на улучшение двигательной активности. Интенсивное разминание мускулатуры и пассивная гимнастика снижает ригидность мышц и обладает общеукрепляющим действием.

Упражнения лечебной физкультуры позволяют:

- ✓ уменьшить ригидность мускулатуры и укрепить ее;
- ✓ повысить чувство баланса;

- ✓ улучшить эмоциональное состояние пациента. Большинство упражнений направлены на тренировку чувства равновесия. Комплекс подбирается индивидуально в зависимости от состояния пациента, его возраста и сопутствующих заболеваний.

## Хирургическое лечение

Помощь хирургов актуальна на последних стадиях развития заболевания. Наиболее эффективной и безопасной операцией является установка стимулятора головного мозга. Вмешательство не требует вскрытия черепной коробки. В мозг вводятся тонкие электроды, а под кожу ключицы помещается небольшой стимулятор. Прибор программируется на определенную частоту импульсов, кроме того, больной и его родственники могут менять настройки в зависимости от состояния. Использование стимулятора позволяет сократить дозировку препаратов и длительное время держать симптоматику под контролем.

Другие варианты хирургического лечения требуют работы на открытом мозге:

- ✓ таламотомия: разрушение части таламуса, позволяющее избавиться от дрожания, но сохраняющее другую симптоматику;
- ✓ паллидотомия: частичное устранение одного из участков мозга (бледный шар), существенно снижающее все основные симптомы патологии.

## Осложнения

Ограничение работы мускулатуры при болезни Паркинсона неизбежно приводит к уменьшению интенсивности кровотока и снижению уровня обмена веществ. Уже на средних стадиях развития заболевания значительно повышается риск образования тромбов и развития опасных состояний:

- ✓ ишемический или геморрагический инсульт;
- ✓ инфаркт миокарда, стенокардия, сердечная недостаточность;
- ✓ тромбоэмболия легочной артерии.

Прикованные к постели пациенты нередко сталкиваются с тяжелыми осложнениями, связанные с лежачим положением:

- ✓ застойная пневмония;
- ✓ аспирационная пневмония (из-за нарушения глотания пища попадает в дыхательные пути);
- ✓ инфицирование пролежней и сепсис.

Большинство больных сталкиваются с апатией и сильной депрессией, которые влекут за собой суицидальные мысли. Некоторые пациенты осуществляют планы и кончают жизнь самоубийством.

## Профилактика

Профилактика болезни Паркинсона включает:

- ✓ правильное питание с минимальным количеством консервантов и искусственных добавок с достаточным количеством витамина Д, омега-3, антиоксидантов;
- ✓ регулярные физические нагрузки для профилактики гиподинамии;
- ✓ полноценный сон не менее 8 часов в сутки, соблюдение режима труда и отдыха;
- ✓ минимизация стрессов и переутомления;
- ✓ отказ от курения и употребления спиртных напитков;
- ✓ регулярные медицинские осмотры, соблюдение всех рекомендаций врача;
- ✓ своевременное обращение к специалисту при появлении любых подозрительных симптомов.