

Trendyzdraví.cz, 6. 1. 2016

Parkinson – nemoc, kterou nelze předpovědět

6. 1. 2016

Parkinsonova choroba je degenerativní onemocnění centrální nervové soustavy, které souvisí se ztrátou nervových buněk v mozku. Tuto nemoc poprvé popsal anglický lékař James Parkinson v roce 1817 jako třaslavou obrnu, která později dostala jméno po něm. Jen v Evropě choroba sužuje více než 1,2 miliónu lidí. V roce 2012 Ústav zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS) uváděl v České republice 26 680 nemocných. Z toho 10–15 % jsou lidé, kteří onemocněli před 40. rokem, a dalších 15 % onemocnělo před 50. rokem života.

Pocit ztuhlosti a únava

„První symptomy bývají vcelku nenápadné, patří mezi ně rychlejší únava, pocity tuhosti a těžkosti končetin, třes, křeče, zpomalení chůze a zvýšená sekrece slin, slz a potu. Většina nemocných jim ale nepřisuzuje větší význam, dokud se onemocnění nezhorší natolik, že začne pacienta výrazněji omezovat v pohybu a soběstačnosti,“ uvádí MUDr. Libor Musil, primář rehabilitačního oddělení Rehabilitační kliniky Malvazinky, kterou provozuje společnost VAMED Mediterra.

Příčiny nemoci jsou neznámé

V současné době se stále neví, co je původem Parkinsonovy nemoci. Příčinou mohou být genetické predispozice, které v kombinaci s vnějšími vlivy mohou negativně působit na lidský organismus. Je prokázáno, že na vznik nemoci má dopad užívání toxických látek, virové mozkové infekce a opakované zhmoždění hlavy. Jisté je, že při této chorobě postupně odumírají buňky, které vyrábí dopamin, s jehož pomocí mezi sebou komunikují buňky v mozku. „Zatím není jasné, proč se tyto buňky ztrácejí. Obecně se ale předpokládá, že jde o vliv či kombinaci více faktorů,“ dodává MUDr. Libor Musil. Jelikož není známa příčina vzniku nemoci, je těžké určit její prevenci. Na toto téma existuje mnoho studií, které však nedospěly k jednoznačnému závěru.

Nemoc se netýká pouze starších lidí

Zvláštní skupinu nemocných tvoří mladí lidé, kteří onemocněli mezi 30. a 40. rokem života. „Onemocnění se u lidí v této věkové skupině vyvíjí velmi pomalu. Většinou se zde také setkáváme s výbornou reakcí na léčbu. Na druhou stranu u nich dochází vzhledem k dlouhodobému užívání medikace ke snižování jejího efektu a k nežádoucímu efektu dlouhodobého užívání léků. Ten se projevuje nutností zvyšovat dávky léku a zmenšováním terapeutického okna – tedy

Parkinsonova nemoc si nevybírá

S Parkinsonovou chorobou zápasilo i mnoho známých osobností. Počátkem roku 1980 byla nemoc diagnostikována legendárnímu boxerovi Muhammadu Alimu. Tímto onemocněním trpěl i papež Jan Pavel II., který však přes závažné zdravotní obtíže vytrval ve funkci až do své smrti. Populární herec Robin Williams, který je známý mimo jiné z filmu Dobrý Will Hunting, také trpěl Parkinsonovou chorobou. Třesem ruky a dalšími příznaky Parkinsonovy choroby trpěl na sklonku života i malíř Salvador Dalí.

Nesnadná diagnostika Parkinsonovy choroby

Převážná část nemocných ani nezaznamená první příznaky, kterými o sobě začínající choroba dává vědět. Nemocní zpočátku nepřikládají zvláštní pozornost rychleji nastupující únavě, pocitu tuhosti, zpomalenosti pohybů. Většinou je však zneklidní třes. Zároveň platí, že u každého jedince mohou být příznaky i progresi nemoci zcela odlišné. Někteří nemocní mají převážně pohybové problémy, jako jsou nestabilita, zpomalenost či ztuhlost svalů, jiné trápí hlavně třes končetin psychické problémy či kolapsové stavy. „Zvláště u mladších pacientů nebývá snadné diagnózu určit. Parkinsonova choroba není zcela jasně prokazatelná žádným vyšetřením a její příznaky se vyskytují i u jiných onemocnění. Základním odlišovacím prvkem je, že Parkinsonova choroba reaguje na léčbu náhražkami dopaminu,“ vysvětluje MUDr. Libor Musil.

Léčba spočívá hlavně ve zpomalení průběhu nemoci

Parkinsonova choroba je zatím nevléčitelná, ale existuje mnoho způsobů jak zpomalit její průběh a zajistit nemocným téměř plnohodnotný život. Léčba je většinou zahájena různými léky, jejichž použití se liší dle charakteru a intenzity příznaků a přidružených onemocnění. „Kromě pravidelného užívání léků je další možností léčby stimulace mozkových center způsobujících poruchu hybnosti. K tomu se ale obvykle přistupuje až v případech, kdy se stav pacienta velice rychle zhoršuje, nebo ve fázi, kdy již žádná jiná léčba nepomáhá,“ doplňuje MUDr. Libor Musil.

Fyzioterapie jako důležitá součást léčby

Součástí léčby by měla být také pohybová aktivita a spolupráce s fyzioterapeutem, která dopomáhá ke zlepšení kvality života nemocného. Základem je zajištění soběstačnosti po co nejdéle dobu. Zvýšení bezpečnosti v běžných každodenních aktivitách pacienta a důraz na vyvarování se pádů, které jsou u těchto pacientů časté a rizikové. Cíle fyzioterapie se liší podle fáze, ve které se nemocný nachází a jaké jsou jeho dominantní příznaky. Součástí fyzioterapie by mělo být využití senzorických vjemů – zraku a sluchu k zlepšení koordinace a rytmu pohybu, dále posilovací a aktivní aerobní tréninky či cvičení na zlepšení pohyblivosti. „Zabránit pádům je klíčové z mnoha důvodů. Až třetina seniorů nad 65 let totiž jednou ročně upadne. V důsledku pádů má závažná zranění až 25 % seniorů a až 50 % seniorů po pádu dokonce nevstane, což může mít fatální následky,“ varuje MUDr. Libor Musil.

Trendyzdraví.cz, 6. 1. 2016

Další doporučení pro nemocné

- Dobré zhodnocení charakteru bydlení a překážek v bydlíšti nebo zaměstnání

a možnosti jejich odstranění.

- Využití sensorických pomůcek, jenž mohou pomáhat v orientaci např. světelný paprsek, jenž se promítá z hole před pacienta nebo pruhy na podlaze.
- Vhodné je umístění protiskluzových podložek na dlaždice i do vany a pořízení stabilních křesel a židlí s opěrkami pro ruce, aby se zamezilo nebezpečí pádu.
- Pro zmenšení rizika pádu se dále doporučuje dbát na úklid drobných předmětů především z podlahy, jako jsou boty či nářadí.
- Pokud nemocný trpí depresemi, neměl by váhat kontaktovat psychiatra a zapojit se do terapeutické skupiny lidí se stejnými obtížemi.
- Důležité je trénovat mozek a pravidelně procvičovat paměť, vědomosti i orientaci

a věnovat se novým zájmům a plnění různorodých úkolů.

Včasně odhalení nemoci znamená i včasná preventivní opatření

Tato choroba je poměrně rozšířená a nepostihuje zdaleka jen starší generace. Kvůli povaze jejich projevů o ní lidé často nevědí a nemohou tak zaujmout patřičná opatření, které mohou významně a dlouhodobě zlepšit kvalitu života. „Parkinsonovu chorobu není radno podceňovat, čím dříve se na ní přijde, tím dříve může být zahájena příslušná léčba včetně pohybové aktivity, která může často zabránit zbytečným komplikacím,“ uzavírá MUDr. Libor Musil.