

Parkinsonova bolest - uzroci, simptomi i liječenje



Parkinsonova bolest je progresivni poremećaj živčanog sustava koji utječe na **kretanje**. Ona se razvija postupno, ponekad počevši s jedva primjetnim **tremorom**, odnosno drhtanjem u samo jednoj ruci.

No, dok je tremor najpoznatiji znak Parkinsonove bolesti, ovaj poremećaj često uzrokuje **ukočenost** ili usporenje pokreta.

Parkinsonova bolest je posljedica **postepenog oštećenja živčanih centara** u mozgu koji upravljaju pokretima, osobito poluautomatskim pokretima.

U ranim stadijima Parkinsonove bolesti, vaše lice može postati **blago ukočeno**, a vaše ruke **mirne** odnosno **ukočene** tijekom kretanja. Vaš govor može postati mekan i nejasan. Kako prolazi vrijeme tako se i simptomi Parkinsonove bolesti **pogoršavaju**.

Iako se Parkinsonova bolest ne može izliječiti, lijekovi mogu značajno **ublažiti simptome bolesti**. U nekim slučajevima, liječnici preporučuju **operaciju** s ciljem regulacije pojedine regije mozga kako bi se ublažili simptomi.

Uzroci Parkinsonove bolesti

Određene **živčane stanice** (neuroni) u mozgu se postupno **razgrađuju** ili **umiru**.

Kada se smanjuje razina neurotransmitera **dopamina** u dijelu mozga, što uzrokuje abnormalne aktivnosti mozga, dolazi do znakova i simptoma Parkinsonove bolesti. Vrlo rijedak oblik [encefalitisa](#) može dovesti do pojave Parkinsonove bolesti.

Uzrok Parkinsonove bolesti **nije poznat**, ali se pretpostavlja da nekoliko čimbenika igra u tome ulogu, uključujući:

- **Geni** - istraživači su identificirali **specifične genetske mutacije** koje mogu uzrokovati Parkinsonovu bolest, ali one su rijetke, osim u slučajevima obitelji u kojima je veliki broj članova pogođen bolešću.
- **Okoliš** - izloženost određenim **toksinima** ili okolišnim čimbenicima može povećati rizik od kasnije pojave Parkinsonove bolesti, ali je rizik relativno malen.

Zaključak je da bi trebalo provesti **više istraživanja** kako bi se identificirali faktori koji uzrokuju Parkinsonovu bolest.

Mnoge su **promjene u mozgu** kod ljudi koji boluju od Parkinsonove bolesti, a jedna od njih je i prisutnost **Lewyjevih tjelešaca**. To su abnormalni agregati proteina koji se razvijaju u neuronima; znanstvenici vjeruju da su važan trag i uzrok Parkinsonove bolesti.

Velike doze nekih **lijekova** koji se primjenjuju u liječenju stanja poput [shizofrenije](#) ponekad uzrokuju Parkinsonovu bolest.



Simptomi Parkinsonove bolesti

Simptomi Parkinsonove bolesti mogu se razlikovati i **varirati** od osobe do osobe. Razni znakovi mogu biti blagi i mogu proći **nezapaženo**. Simptomi često počinju na jednoj strani tijela i obično postaju gori na toj strani, čak i nakon što simptomi postanu prisutni na obje strane.

Znakovi i simptomi Parkinsonove bolesti mogu uključivati:

- **Tremor ili drhtanje** - obično počinje u udovima, a najčešće u rukama i prstima; jedna od karakteristika je i drhtanje ruku kada je tijelo u mirovanju.
- **Usporeno kretanje (bradikinezija)** - tijekom vremena Parkinsonova bolest može uzrokovati smanjenje sposobnosti kretanja, čineći jednostavne zadatke vrlo teškim i dugotrajnim. Raspon koraka tijekom hodanja se može smanjiti, kao i dizanje sa stolca.
- **Ukočenost mišića** - može se pojaviti bilo gdje u tijelu. Ova pojava može uzrokovati ograničenje opsega pokreta i nanijeti jaku bol.

- **Poremećaj održavanja ravnoteže i uspravnog držanja** - vaš stav može postati pogrbljen, te e mogu pojaviti problemi s održavanjem ravnoteže.
- **Gubitak automatskih pokreta** - kod Parkinsonove bolesti može se pojaviti smanjena sposobnost za obavljanje nesvjesnih pokreta.
- **Promjene u govoru** - mogu se pojaviti teškoće u govoru; tih govor, teškoća izgovaranja. Logoped može pomoći u poboljšanju vašeg govora.
- **Promjene u pisanju** - poteškoće mogu biti u početku blage, a s vremenom postati teške.

Lijekovi mogu uvelike smanjiti, odnosno **ublažiti** mnoge od simptoma. Ti lijekovi su najčešće zamjena za **neurotransmitter dopamin**. Drhtavica je najteža kada bolesnik svjesno ne upotrebljava zahvaćeni dio tijela. Čim se taj dio pokrene prilikom obavljanja bilo kakve radnje - **drhtavica** se smanjuje ili u potpunosti nestaje.

Ako se bolest **pogorša** automatski se gubi kontrola nad gotovo automatskim pokretima, kao što su mahanje rukama pri hodanju, čitljivo pisanje ili razgovijetan govor. Nakon nekoliko godina javlja se **karakterističan hod** - točnije struganje nogama. Bolesnik ne osjeća bol, obamrlost ili trnce - već se postepeno sve teže kreće. Često pada jer ne može održati **ravnotežu**.

U simptome ubrajamo i **prekomjerno izlučivanje sline**, grčeve u trbušnoj šupljini te u kasnijim stadijima **slabljenje pamćenja** i misaonih procesa.



Što učiniti ako sumnjate na Parkinsonovu bolest?

Na 1000 stanovnika, svake se godine javi najmanje jedan slučaj Parkinsonove bolesti. U Hrvatskoj je 1981. godine bila hospitalizirana **181 osoba**. Većina bolesnika je **starije dobi** ili se radi o osobama pri kraju srednje dobi. **Muškarci** su nešto osjetljiviji nego žene, a postoje i određeni dokazi da je bolest **nasljedna**.

Bolest **ne predstavlja neposrednu opasnost za život** budući da ne pogađa živce koji vode prema srcu ili drugim vitalnim organima. Najveća opasnost ove bolesti je to što može dovesti do teške psihičke depresije.

Ako ste prešli pedesetu i primjećujete drhtavicu, nemojte se zabrinjavati jer se to događa kod osoba koje prelaze u stariju dob. Međutim, ako primijetite da se **drhtavica pojačava** ili je praćena nekima od gore navedenih simptoma.

Liječnik će bolest dijagnosticirati općim fizikalnim pregledom, rijetko kada su potrebne daljnje pretrage, ali se one ipak čine kako bi se otklonili svi potencijalni uzroci.

Metode samopomoći i dugoročni izgledi

Podrška i ohrabrenje obitelji najvažniji su faktori nakon postavljene dijagnoze. Fokus obitelji treba biti na onome što osoba može činiti te kako poboljšati okolinu oboljelome kako bi se mogao što više samostalno kretati.

- Oboljeli će biti pokretljiviji ako primjerice u kupaonici montirate **šipke za oslonac**, te ako duž putova kojima se on kreće montirate rukohvate, stolice s visokim naslonom.
- Ako imate Parkinsonovu bolest, nastojte se redovito baviti fizičkim aktivnostima.
- Nemojte klonuti duhom već držite fokus na stvarima koje možete činiti.

Za sada ne postoji terapija koja može usporiti pogoršavanje Parkinsonove bolesti, iako se danas raznim lijekovima milijunima bolesnika olakšavaju simptomi i održava prihvatljivo zdravstveno stanje. Popularne teorije zagovaraju povećanu konzumaciju vitamina E kao mogući "lijek" za usporavanje Parkinsonove bolesti.

Ako dobijete Parkinsonovu bolest u dobi od 60 godina, vjerojatno ćete **doživjeti očekivani vijek**.



Liječenje Parkinsonove bolesti

Parkinsonova bolest se ne može izliječiti, ali mnogi lijekovi mogu pomoći u **kontroliranju simptoma**. Liječnik vam može preporučiti promjene u načinu života, kao i razne tjelovježbe. U nekim slučajevima fizikalna terapija se fokusira na poboljšanje pacijentove ravnoteže te istezanje cijelog tijela.

Lijekovi mogu pomoći u problemima s kretanjem, općenito pokretima te tremorom, povećavajući opskrbu mozga **dopaminom**. Tijekom vremena, međutim, koristi od lijekova se često smanjuju ili postaju manje dosljedni, iako se simptomi i dalje mogu prilično dobro kontrolirati.

Liječnik vam može propisati lijekove koji mogu uključivati:

- **Karbidopa-levodopa-levodopa** je najučinkovitiji lijek za Parkinsonovu bolest, prirodna kemikalija koja ulazi u vaš mozak i pretvara se u dopamin; karbidopa odgađa pretvorbu levodope u dopamin dok ne dođe do mozga i smanjuje nuspojave povezane s levadopom. **Nuspojave** mogu uključivati [mučninu](#) ili [slabu koncentraciju](#), nepromišljenost.
- **Agonisti dopamina** - za razliku od levodope, agonisti dopamina se ne pretvaraju u dopamin već **opnašaju njegove učinke** u mozgu. Oni nisu učinkoviti u liječenju simptoma kao levadopa, ali učinak traje dulje i može se koristiti i u kombinaciji s levadopom. Neki od agonista dopamina su pramipeksol, ropinirol i rotigotin. Kratkodjelujući agonist dopamina u obliku injekcije, apomorfin, koristi se za brzo olakšanje kod **ukočenosti mišića**. Neke od **nuspojava** uključuju halucinacije, upale, pospanost, probleme u prehrani, hiperseksualnost itd.
- **Inhibitori enzima monoaminooksidaze tipa B** (MAO-B inhibitori) - ovi lijekovi su **selegilin** i **rasagilin**; oni blokiraju enzymatski put razgradnje dopamina i samim time povećavaju raspoloživu količinu dopamina. Smatra se da mogu **usporiti progresiju Parkinsonove bolesti**, ako se primjeni u **ranom stadiju**. **Nuspojave** mogu uključivati mučninu i [glavobolju](#).
- **Inhibitori enzima katehol-O-metiltransferaze** (COMT- inhibitori) - entakapon je primarni lijek iz ove klase. On blokira enzim koji razgrađuje dopamin, uzima se samo uz levadopu te znatno produljuje njen učinak.
- **Tolkapon (Tasmar)** - također COMT inhibitor koji se rijetko propisuje zbog opasnosti od ozbiljnih **oštećenja jetre** i njihovog zatajenja.
- **Antikolinergici** - ovi lijekovi su prvi koji su se upotrebljavali u liječenju Parkinsonove bolesti. Pokazali su se dobrima u terapiji za smanjenje **tremora**. Međutim, njihove skromne prednosti često su kompenzirane **nuspojavama** poput lošeg pamćenja, konfuzije, halucinacija, [zatvora](#), suhih usta itd.

Kirurški zahvati

Duboka stimulacija mozga najčešće se koristi kod bolesnika s **uznapredovalom** Parkinsonovom bolesti, a koji ne reagiraju dobro na lijekove. Smatra se da je to najučinkovitija terapija u poboljšanju kvalitete života bolesnika. Međutim, ona uključuje rizike poput **infekcije** ili [moždanog udara](#).

Duboka stimulacija mozga osigurava **električnu stimulaciju** kako bi se blokirali moždani signali koji uzrokuju primarne motoričke simptome povezane s Parkinsonovom bolesti.

Ona može **smanjiti** ili **zaustaviti nekontrolirane pokrete**, smanjuje drhtanje, ukočenost mišića te poboljšava pojavu usporenosti pokreta. Međutim, ova metoda nije korisna za one pacijente koji ne reagiraju na terapiju levadopom.