



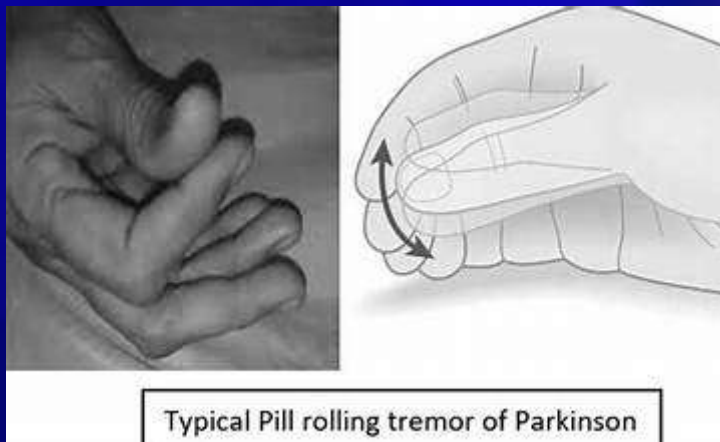
ΝΟΣΟΣ ΤΟΥ PARKINSON: ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

Σ. Μποσταντζοπούλου

Ομότιμη Καθηγήτρια Νευρολογίας ΑΠΘ

ΤΡΟΜΟΣ:

ΕΝΑ ΒΑΣΙΚΟ ΣΥΜΠΤΩΜΑ ΤΗΣ
ΝΟΣΟΥ



Ερώτημα 1: Όλοι οι άνθρωποι
που τρέμουν έχουν νόσο
Πάρκινσον;

ΟΧΙ

Υπάρχουν διάφορα είδη τρόμου σε
διάφορες παθήσεις

Ερώτημα 2: Όλοι οι ασθενείς με νόσο Πάρκινσον έχουν τρόμο;

ΟΧΙ

Ο τρόμος εμφανίζεται στο 70% των ασθενών

Ερώτημα 3: Ποια είναι τα χαρακτηριστικά του τρόμου στη νόσο Πάρκινσον;

Ο τρόμος είναι ρυθμικές κινήσεις

Οι κινήσεις εμφανίζονται όταν το χέρι δεν κάνει καμία κίνηση –τρόμος ηρεμίας

Σταματά με την εκούσια κίνηση

Εμφανίζεται κυρίως στα χέρια(πόδια, χείλη,κάτω γνάθο, γλώσσα)

Επιτείνεται με το άγχος

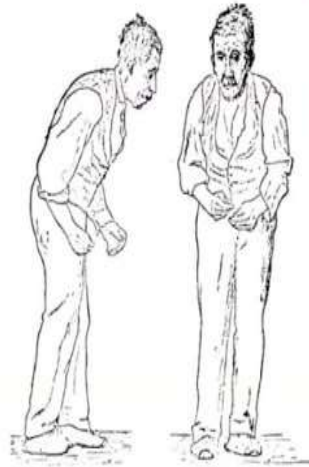
Υποχωρεί στον ύπνο

Tremor

Involuntary oscillatory movement of a body part

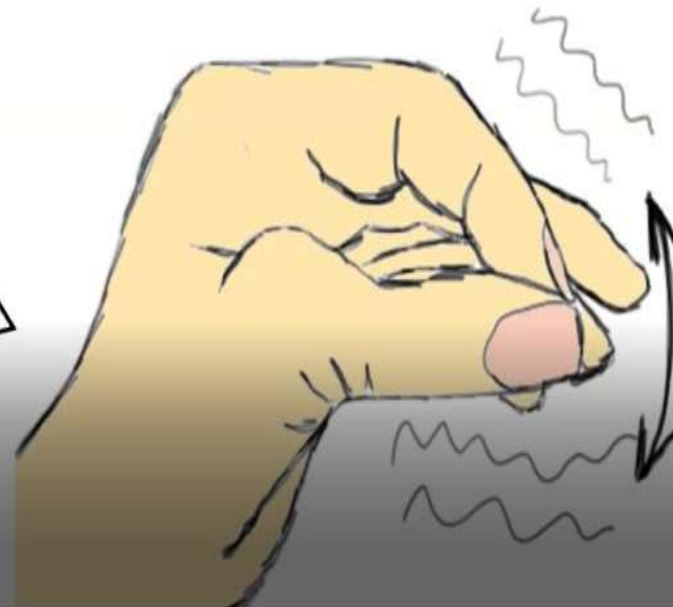


Hand
(Most Common)



Rest tremor

Parkinsonian tremor
(Most Common)



Parkinson's Disease

or

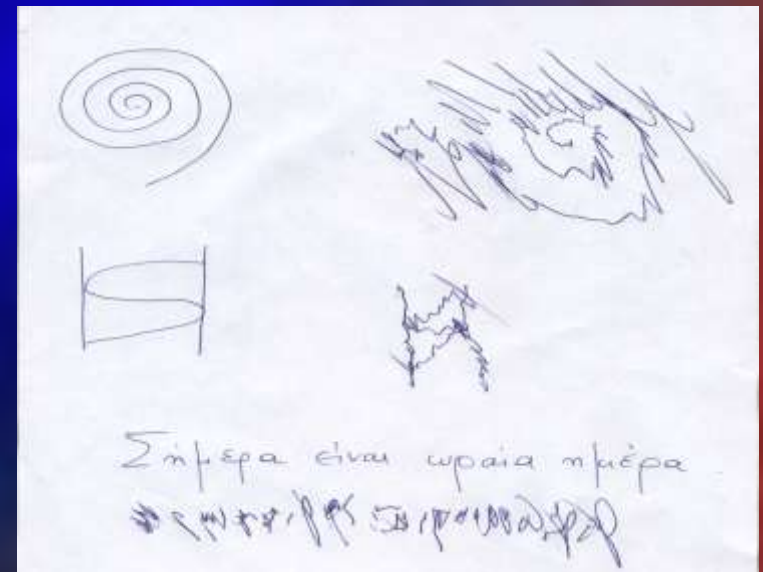
Hands, lips, chin, jaw, and legs and

Ερώτημα 4: Με ποια πάθηση μπερδεύεται περισσότερο ο τρόμος στη νόσο του Πάρκινσον;

ΙΔΙΟΠΑΘΗΣ ΤΡΟΜΟΣ

Τρόμος στην κίνηση και στην στάση

Τρόμος στα χέρια, κεφάλι, φωνή



Ερώτημα 5: Ποια η θεραπεία για τον τρόπο στην νόσο Πάρκινσον;

- Αντιμετώπιση του στίγματος που οδηγεί σε κατάθλιψη και κοινωνική απομόνωση
- Τα φάρμακα της νόσου
- Αντιμετώπιση του άγχους και ασκήσεις χαλάρωσης
- Στρατηγικές για δύσκολες στιγμές

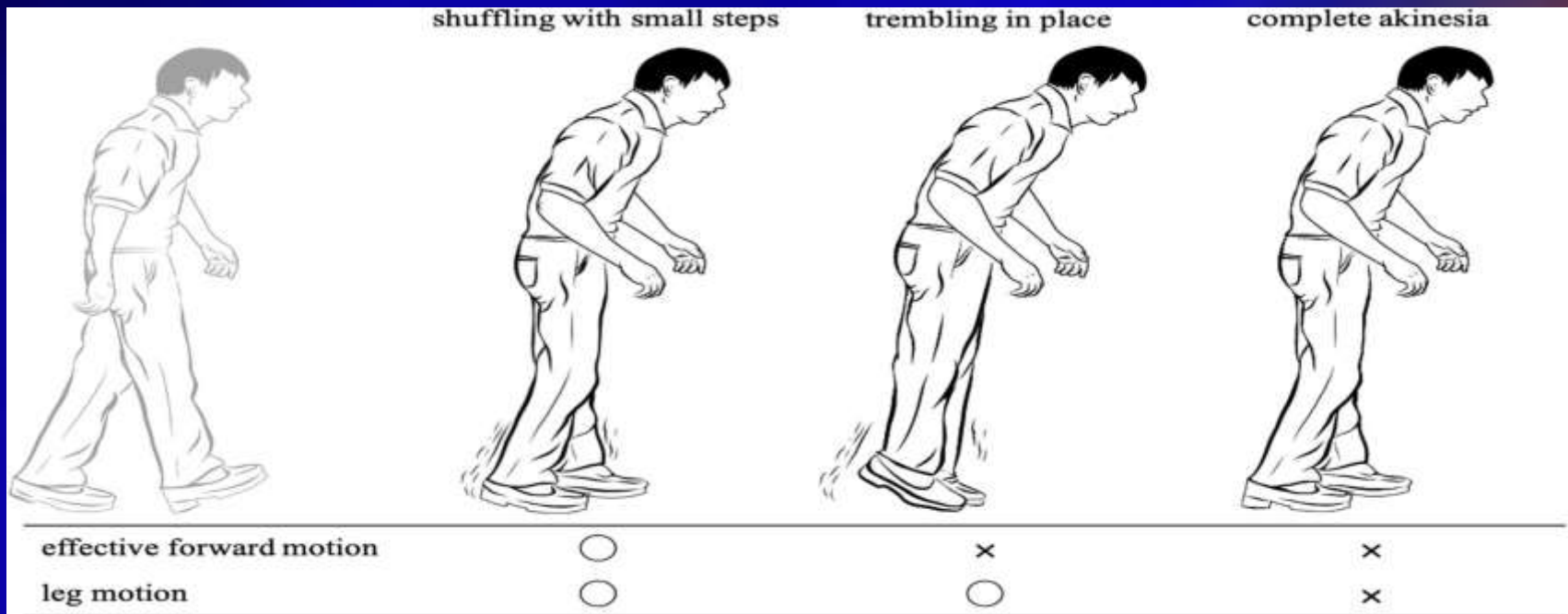
ΠΑΓΩΜΑ

Freezing

Ένα περίεργο
σύμπτωμα

Ερώτημα 1: Τι είναι το πάγωμα;

- Αιφνίδιο, σύντομης διάρκειας (δευτερόλεπτα-λεπτά) επεισόδιο αδυναμίας κίνησης προς τα μπροστά του κάτω μέρους του σώματος σαν τα πόδια να είναι κολλημένα στο έδαφος.



Ερώτημα 2: Πότε συμβαίνει;

- Στην έναρξη της βάρδισης
- Στην στροφή ή αλλαγή κατεύθυνσης
- Όταν πλησιάζεις τον στόχο(π.χ.καρέκλα)
- Σε στενό χώρο ή όταν πηγαίνει από ανοιχτό σε μικρό χώρο
- Σε μέρη με πολύ κόσμο (π.χ. δρόμους με κίνηση)

ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΠΤΩΣΕΩΝ

Ερώτημα 3:Τεχνικές αντιμετώπισης παγώματος

- Σήκωμα του κάτω άκρου όπως στην σκάλα, πάνω από ένα αντικείμενο
- Εναρξη βάρδισης μετρώντας 1,2,3
- Εναρξη βάρδισης με μουσική
- Εναρξη με μεταφορά βάρους από το ένα στο άλλο πόδι

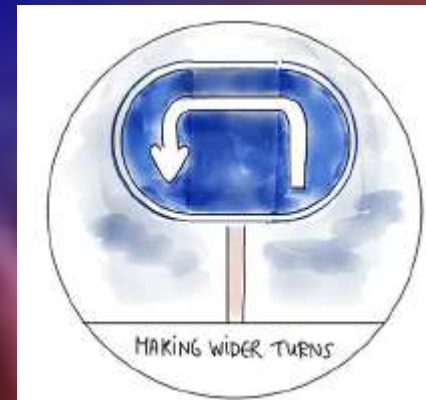
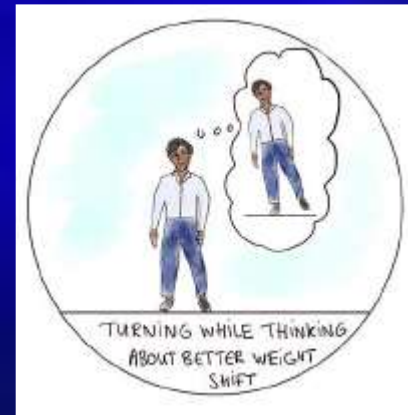
(A)



(B)



(C)



55 DETOURS



WALKING WHILE BOUNCING A BALL



JUMPING (OVER) OVER THE STREET



STEPPING OVER AN ANTI-CURB



FEELING MORE STRESS TO THINK



PERFORMING PARKOUR IN THE MIDDLE



LIFTING THE LEG VERY HIGH



HOLDING THE TRAY WITH TWO HANDS



FENCING



WALKING WITH A BAG ON THE BACK



JUGGLING A BALLS



WALKING ON A BIKE



BE ON ROLLER SKIS



KICKING A CAN ON THE STREET



WALKING ON A STACK OF BOXES



WALKING SIDWAYS



WALKING LIKE A SUPERHERO



WALKING ON A BIKE



WALKING WITH A CANE



WALKING AT THE BOTTOM OF A STAIRCASE



WALKING WITH LEGS WIDE APART



WALKING WITH LEGS WIDE APART



WALKING AT THE BOTTOM OF A STAIRCASE



3D-VISUAL CLUES FROM A STAIRCASE



3D VISUAL CLUES FROM A STAIRCASE



WALKING ON BEACH



WATCHING A MOVIE FROM A STAIRCASE



PLAYING TENNIS



MOVING FORWARD WHILE WALKING



TURNING BACK



WALKING ON A PATH



JUGGLING BALLS WHILE WALKING



WALKING WITH A CANE



FEELING DIZZY WHILE WALKING



SITTING ON A BENCH WHILE WALKING



WALKING WITH BAGS ON BACK



WALKING ALONG A NARROW PATH



CLIMBING A LADDER



RUNNING



RIDING A SKATEBOARD



WALKING UP OR DOWN STAIRS



WALKING ON TIGHTROPE



WALKING ON TIGHTROPE



SITTING ON A BENCH



WALKING ON TIGHTROPE



WALKING WITH A CANE



MAKING A STOP SIGN



WALKING WITH A CANE



WALKING WITH A CANE



WALKING WITH A CANE



WALKING WITH A CANE



STEPPING OVER AN ANTI-CURB



WALKING WITH A CANE



WALKING WITH A CANE



WALKING WITH A CANE



WALKING WITH A CANE



WALKING WITH A CANE

Adapted and visualized from Norman S. Kibbi, S. Thirumala, A. Hallett, M. Fennell & others (2019) March 23, 2019. Copyrighted findings for task impairments in Parkinson Disease: A Review. JAMA Network. Retrieved from doi:10.1001/jama.2019.0003

Images/Vector
CC BY Vector
Illustration/ID
version 1.0th of July 2019

For an explanation follow the QR code







ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

Η ζέστη και η έκθεση στον ήλιο
επιδεινώνει την κόπωση και
επιφέρει αφυδάτωση με
αποτέλεσμα επιδείνωση κινητικών
συμπτωμάτων και διαταραχή του
ΑΝΣ με ορθοστατική υπόταση

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

- ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ: Λήψη πάνω από 2 λίτρα διάφορων υγρών (αποφυγή καφέ και αλκοόλ), άφθονες τροφές που περιέχουν νερό
- ΔΙΑΤΡΟΦΗ: Τακτικά μικρά ελαφρά γεύματα (προτιμητέα η μεσογειακή διατροφή)
- ΔΥΣΚΟΙΛΙΟΤΗΤΑ: αντιμετώπιση
- ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΤΗΝ ΟΡΘΟΣΤΑΤΙΚΗ ΥΠΟΤΑΣΗ
- ΑΣΚΗΣΗ: Πρωί ή το βράδυ, μικρότερης έντασης και με διακοπές

