



Esencijalni tremor: osnovne činjenice za pacijente

ŠTA JE ESENCIJALNI TREMOR?

Esencijalni tremor (ET) je najčešći poremećaj pokreta. On je takođe poznat kao benigni esencijalni tremor, porodični tremor ili nasledni tremor. Pacijenti sa ET mogu osetiti nekontrolisano drhtanje (tremor) ruku, glave, glasa, ili drugih delova tela. Obično se javlja kod odraslih osoba i može se postepeno pogoršavati sa godinama. Tremor se obično najčešće primećuje kada osoba drži ruke ispružene ili dok obavlja fine pokrete, kao što su držanje čaše, korišćenje kašike, ili pisanje. Tremor obično prestaje ako su šake / ruke potpuno opuštene, npr. kada opušteno leže u krilu. Stres često prolazno pogoršava tremor.

ŠTA JE UZROK?

Uzrok ET je nepoznat, ali više od polovine bolesnika ima u porodici nekoga sa tremorom. Istraživači nisu pronašli gen(e) koji prouzrokuju ET. Kod pacijenata koji imaju porodičnu istoriju ET, simptomi mogu da počnu u ranijem dobu. Iako se smatra da ET nastaje u mozgu, snimci skenera mozga pacijenata sa ET su potpuno normalni.

Ne postoji dijagnostički test za ET. Međutim, Vaš lekar može uzeti uzorak krvi za ispitivanje drugih stanja koja (kao što su bolesti štitaste žlezde), koja mogu da pogoršaju tremor. Neki lekovi takođe mogu pogoršati tremor.

DA LI POSTOJI LEK?

Postoje efikasne metode za smanjenje tremora, ali bolest nije izlečiva. Korišćenje težih čaša, pribora za jelo, pa čak i nošenje malih tegova na ručnom zglobovima može pomoći nekim pacijentima. Nekim pacijentima lekovi mogu pomoći. Lekovi se obično daju na osnovu probnih i neuspešnih pokušaja, jer neki lekovi deluju bolje od drugih u zavisnosti od pacijenta.

Lekovi koji mogu biti od pomoći su:

- Beta-blokatori, kao što je propranolol
- Antiepileptični lekovi, poput primidona, gabapentina, topiramata i klonazepama

Lekar Vam može savetovati smanjenje upotrebe kofeina, drugih stimulansa, i nekih lekova koji mogu uzrokovati tremor. Pacijentima sa određenim tipom tremora mogu pomoći injekcije botulinuskog toksina. Botulinuski toksin se ubrizgava u mišić koji pokreću tremor, kako bi privremeno slabljenje samih mišića smanjilo tremor. Ove injekcije se moraju ponoviti dva do četiri puta godišnje i najefikasnije su kod pacijenata sa podrhtavanjem glave i glasa.

Iako konzervativno lečenje lekovima može pomoći nekim pacijentima sa tremorom, kod onih pacijenata sa teškim tremorom može se razmotriti hirurško lečenje. Vaš neurolog će Vas posavetovati o najboljoj terapijskoj opciji za Vaš tremor.

Postoji više vrsta operacija za lečenje ET, kao što su:

- Talamotomija: vrsta operacije mozga u kojoj se jedan deo mozga (talamus) uništava
- Duboka moždana stimulacija (DBS): druga vrsta operacije u kojoj se tanka žica (zvana elektroda) plasira u talamus i povezuje sa uređajem nalik pejsmejkeru, koji je smešten potkožno u grudima pacijenta
- Druge hirurške procedure

DA LI JE ESENCIJALNI TREMOR OBLIK PARKINSONOVE BOLESTI?

Ne. Esencijalni tremor je oko deset puta češći od Parkinsonove bolesti (PB). Za razliku od ET, tremor ruku u PB je najuočljiviji kada su ruke pacijenta opuštene, a ne tokom aktivnosti. Drugi znaci PB, koji se ne javljaju kod ET, su sporost pokreta, otežano kretanje, i drugo.

ŠTA PACIJENT MOŽE DA OČEKUJE AKO ŽIVI SA ET?

ET ne skraćuje životni vek. Tremor se može pogoršati vremenom, ali pogoršanje je obično sporo tokom više godina.

Neki pacijenti mogu ispoljiti izvestan stepen onesposobljenosti, kao što su teškoće pri pisanju, jedenju i pijenju ili čak osećaj sramote u društvu. Blagi tremor obično ne zahteva lečenje, a rano započinjanje terapije ne usporava i ne prekida prirodni tok bolesti. Lečenje treba započeti samo u slučajevima kada tremor utiče na Vaše dnevne aktivnosti ili Vam stvara probleme.