



Depresija, anksioznost in apatija pri Parkinsonovi bolezni: osnovne informacije za bolnike

ALI LAHKO PARKINSONOVA BOLEZEN VPLIVA NA RAZPOLOŽENJE?

Da. Parkinsonova bolezen (PB) lahko poleg motoričnih simptomov povzroča številne nemotorične težave (tj. težave, ki niso povezane z gibanjem). Pomemben in pogost simptom so motnje razpoloženja. Pri nakaterih pacientih lahko prizadenejo kakovost življenja bolj kot motorične težave.

KATERI SO NAJPOGOSTEJŠI RAZPOLOŽENJSKI SIMPTOMI PRI PB?

Najpogostejši razpoloženski simptomi, ki lahko prizadenejo paciente s PB, so depresija, anksioznost (strah) in apatija.

- Depresija pomeni občutek slabega razpoloženja, žalosti, brezupa, včasih z občutki praznine ali krivde.
- Anksioznost pomeni občutek živčnosti, zaskrbljenosti, napetosti in nemira. Pacienti z anksioznostjo lahko doživljajo strah ali panične napade.
- Apatija je pomanjkanje zanimanja, navdušenja ali motivacije za aktivnosti ali druženje z ljudmi.

KDAJ SE LAHKO POJAVIJO RAZPOLOŽENJSKI SIMPTOMI?

Razpoloženski simptomi se lahko pojavijo kadarkoli. Nekateri pacienti lahko doživljajo spremembe v razpoloženju celo pred pričetkom motoričnih težav. Drugi jih lahko opazijo leta po tem, ko zbolijo za PB. Nekateri pacienti doživljajo spremembe v razpoloženju tudi zaradi dopaminergičnih zdravil. Na primer, anksioznost se pogosto pojavi, ko so ravni zdravil nizke, v fazah »izklopa«.

KAKO LAHKO PREPOZNAM RAZPOLOŽENJSKE SIMPTOME?

Depresijo in anksioznost pogosto spremljajo pomanjkanje energije in utrudljivost, zmanjšan apetit in motnje spanja. Te težave pa se lahko pojavijo tudi same po sebi in ne pomenijo nujno depresivnosti. Druge težave včasih lažje kot vi sami opazijo vaši svojeci in prijatelji. To so lahko:

- hujši strah
- večja razdražljivost
- socialna izolacija
- slabše vključevanje v družinske dogodke ali aktivnosti

KAKO DIAGNOSTICIRAMO RAZPOLOŽENJSKE SIMPTOME?

O spremembah v vašem razpoloženju, spanju ali apetitu čim prej obvestite svojega zdravnika, da bo lahko postavil diagnozo in pričel z zdravljenjem. Vašega zdravnika bo verjetno zanimalo:

- kdaj so se simptomi pričeli
- kako moteči so
- ali so prisotni še kateri drugi simptomi
- ali obstaja kakšna povezava vaših težav s časom jemanja zdravil

Če imate svojeci ali skrbnike, lahko tudi oni pomagajo s svojimi opažanji morebitnih drugih sprememb v vašem razpoloženju, vedenju in/ali spanju.

ZAKAJ PRIHAJA DO RAZPOLOŽENJSKIH SIMPTOMOV?

PB lahko povzroča določene spremembe v predelih možganov, ki nadzorujejo razpoloženje. Bolezen lahko znižuje raven živčnih prenašalcev, kot je dopamin, serotonin in noradrenalin, kar lahko vodi v motnje razpoloženja. V spremembe razpoloženja lahko vodi tudi vaš odziv na samo bolezen in nekateri psihosocialni dejavniki.

KAKO ZDRAVIMO RAZPOLOŽENJSKE SIMPTOME PRI PB?

Za zdravljenje razpoloženskih simptomov poznamo različne načine:

- Depresijo in anksioznost lahko zdravimo z antidepresivi in anksiolitiki.
- Dopaminergična zdravila, ki izboljšujejo gibanje, lahko ugodno vplivajo tudi na depresijo in anksioznost, še posebej, če se razpoloženje spreminja glede na urnik jemanja teh zdravil.
- Pri depresiji in anksioznosti lahko pomaga psihoterapija.
- Pri apatiji lahko pomagajo načrtovane aktivnosti, telesna vadba in druženje z ljudmi.
- V izogib stresu lahko pomaga več spanja in socialne podpore.

POVZETEK

- Depresija, anksioznost in apatija so lahko simptomi PB. So precej pogosti.
- Lahko se pojavijo zgodaj, celo pred pričetkom motoričnih simptomov, ali se razvijejo pozneje v teku bolezni.
- Pomembno je, da o teh simptomih obvestite svojega zdravnika, saj obstajajo specifične možnosti zdravljenja.
- Osnovni načini zdravljenja so zdravila, psihoterapija in socialna podpora.