



Depressioon, ärevus ja apaatia Parkinsoni tõve korral: mida peab patsient teadma

KAS PARKINSONI TÕBI VÕIB MÕJUTADA MEELEOLU?

Jah, Parkinsoni tõbi võib peale mootorsete sümptomite põhjustada mitmeid mittemootorset (s.t liikumisega mitteseotud) probleeme. Meeleoluprobleemid on tähtsad ja sageli esinevad sümptomid. Mõnel patsiendil võivad need elukvaliteeti halvendada isegi rohkem kui liikumisraskused.

MILLISED ON PARKINSONI TÕVE KORRAL SAGEDAMAD MEELEOLUGA SEOTUD SÜMPTOMID?

Parkinsoni tõvega patsientidel on kõige sagedamad meeleoluga seotud sümptomid depressioon, ärevus ja apaatia.

- **Depressioon** on meeleolu languse, kurbuse, lootusetuse, mõnikord süü- ja tühjustundega kaasnev seisund.
- **Ärevus** on närvilisus-, mure-, pinge- ja rahutustunne. Ärevusega patsientidel võivad tekkida hirmu- või paanikahood.
- **Apaatia** on huvi, entusiasmi või motivatsiooni puudumine midagi teha või teistega koos olla.

MILLAL TEKIVAD MEELEOLUGA SEOTUD SÜMPTOMID?

Meeleoluga seotud sümptomid võivad tekkida ükskõik millal. Mõnel patsiendil võivad meeleolusümptomid välja kujuneda juba enne liikumisraskuste algust. Teised võivad neid märgata alles aastaid pärast Parkinsoni tõve diagnoosi saamist. Mõni patsient märkab meeleolumuutusi ka seoses dopaminergiliste ravimite kasutamisega. Ärevus tekib näiteks sageli siis, kui ravimisisaldus veres on väike ja ravimi mõju hakkab nõrgenema („off“ periood).

KUIDAS MEELEOLUGA SEOTUD SÜMPTOMEID ÄRA TUNDA?

Depressiooni ja ärevusega kaasnevad sageli energiapuudus ning väsimus, vähenenud söögiisu ja uneprobleemid. Kuna need probleemid võivad tekkida ka eraldi, ei tähenda see alati, et olete depressioonis. Muid sümptomeid võivad paremini märgata teie pereliikmed või sõbrad. Näiteks:

- Suurenenud kartlikkus
- Suurenenud ärritatus
- Teistest eraldumine (sotsiaalne isolatsioon)
- Peresündmustest või tegevustest hoidumine

KUIDAS MEELEOLUGA SEOTUD SÜMPTOMEID DIAGNOOSITAKSE?

Diagnoosi saamiseks ja raviga alustamiseks rääkige kohe oma arstile meeleolu-, une- või isumuutustest. Arst võib teile esitada järgmisi küsimusi:

- Millal sümptomid algasid?
- Kui palju need sümptomid teid häirivad?
- Kas teil esineb nendega seoses veel mingeid sümptomeid?
- Kas esineb mingi seos ravimite võtmise ajaga?

Kui teil on abikaasa või hooldaja, siis saavad ka nemad aidata, rääkides arstile mis tahes muutustest teie meeleolus, käitumises ja/või uneharjumustes, mida nad on tähele pannud.

MIKS MEELEOLUGA SEOTUD SÜMPTOMID TEKIVAD?

Parkinsoni tõbi võib põhjustada muutusi nendes ajupiirkondades, mis kontrollivad meeleolu. Haigus võib vähendada närviülekanne osalevate virgatsainete, näiteks dopamiini, serotoniini ja noradrenaliini kogust, mis võibki olla mõne meeleoluhäire põhjus. Sümptomeid võib põhjustada ka teie reaktsioon haigusele, samuti mõned psühhosotsiaalsed tegurid.

KUIDAS RAVITAKSE MEELEOLUGA SEOTUD SÜMPTOMEID PARKINSONI TÕVE KORRAL?

Meeleoluga seotud sümptomite raviks on erinevaid viise:

- Antidepressandid ja rahustid võivad ravida depressiooni ja ärevust.
- Dopamiini sisaldavad ravimid, mis leevendavad liikumisega seotud sümptomeid, võivad vähendada ka ärevust ja depressiooni, eriti juhul, kui meeleolu muutub raviskeemi järgi.
- Depressiooni ja ärevust võib leevendada psühhoteraapia.
- Apaatia vastu võivad aidata kavakohased tegevused, liikumine ja teistega suhtlemine.
- Abi võib olla ka sellest, kui rohkem magada, vältida stressi ja püüda leida sotsiaalset tuge.

KOKKUVÕTTEKS

- Depressioon, ärevus ja apaatia võivad olla Parkinsoni tõve sagedad sümptomid.
- Need võivad ilmned a varakult, juba enne mootorsete sümptomite algust, või kujuneda välja haiguse jooksul.
- Nendest sümptomitest on tähtis rääkida oma arstile, sest nende vastu on olemas spetsiaalne ravi.
- Peamised vahendid selliste sümptomite raviks on ravimid, psühhoteraapia ja sotsiaalne tugi.