



דכאון, חרדה ואפתיה בפרקינסון: עובדות חשובות למטופלים

האם פרקינסון משפיע על מצב הרוח?

כן, מחלת הפרקינסון מאופיינת במגוון סימפטומים לא מוטוריים (כלומר שאינם קשורים לתנועתיות) בנוסף לתסמינים המוטוריים. בעיות במצב רוח הן תסמינים חשובים ושכיחים במחלה. בחלק מהחולים הן משפיעות על איכות החיים אף יותר מהתסמינים המוטוריים.

מהם מצבי הרוח השכיחים ביותר במחלת פרקינסון?

מצבי הרוח השכיחים ביותר שיכולים להשפיע על מטופלים הם דכאון, חרדה ואפתיות(אדישות).

- דכאון מתאפיין במצב רוח ירוד, עצבות, תחושת חוסר תקווה המלווה לעיתים בתחושת ריקנות או אשמה.
- חרדה מאופיינת בתחושת דאגה, מתח, אי-נוחות וחוסר שקט. חולים עם חרדה עלולים לחוש פחד או התקפי פאניקה (חרדה קיצונית).
- אפתיה/אדישות מאופיינת בחוסר עניין, העדר התלהבות או מוטיבציה לעשות או ליזום דברים או חוסר עניין להיות עם אנשים אחרים.

מתי מתרחשים השינויים במצב רוח?

תסמינים של שינויים במצב רוח יכולים להתרחש בכל עת. חלק מהחולים עלולים לפתח תסמינים של מצבי רוח אף לפני תחילת התסמינים המוטוריים, לעומת זאת חלק יכולים לשים לב אליהם שנים לאחר האבחון של מחלת הפרקינסון. בנוסף, חלק מהחולים ישימו לב לשינויים במצב הרוח עקב הטיפול התרופתי (בעיקר הדופמינרגי) שלהם, למשל, חרדה ודכאון לעיתים מתרחשות כשהטיפול הדופמינרגי נמוך, מצבי OFF

איך אוכל לזהות תסמינים של מצבי רוח?

דכאון וחרדה מלווים לעיתים קרובות בחוסר אנרגיה ועייפות, ירידה בתאבון ובמשקל והפרעות שינה. אך בעיות אלו יכולות להופיע גם כחלק מהמחלה או בקשר לטיפול התרופתי, ללא קשר לדיכאון. תסמינים נוספים הקשורים במצב הרוח יכולים להיות בולטים יותר לבני משפחה או חברים קרובים מאשר לחולה עצמו. תסמינים אלו יכולים להיות:

- פחד מוגבר
- עצבנות יתר
- בידוד חברתי
- חוסר רצון להשתתף באירועים חברתיים או פעולות משפחתיות

איך מאבחנים תסמינים של מצבי רוח?

יש לדווח בהקדם האפשרי לרופא המטפל על שינויים במצב רוח, בשינה או בתאבון כדי לקבל אבחנה ולהתחיל טיפול. הרופא המטפל ירצה לדעת:

- מתי התסמינים התחילו
- עד כמה הם מטרידים אותך
- סימפטומים אחרים הקשורים למצב
- האם יש קשר לזמן נטילת התרופות

דבר נוסף שיכול לעזור באבחון מוקדם וטיפול נכון הוא קיום מטפל עיקרי או בן/בת זוג שיכולים לדווח על שינויים במצב הרוח שלך, בהתנהגות ו/או בשינה.

למה תסמינים של מצבי רוח מתרחשים?

פרקינסון עשוי לגרום לשינויים מסוימים באזורי המוח השולטים במצב הרוח. המחלה עלולה להפחית מוליכים עצביים כמו דופמין, סרוטונין, אדרנלין ונוראדרנלין, מה שיכול להסביר את הבסיס לבעיות במצב רוח. תגובתך הרגשית למחלה יחד עם גורמים פסיכו-חברתיים, יכולים גם כן להוביל להופעת הסימפטומים.

איך לטפל בתסמינים של מצב רוח במחלת פרקינסון?

ישנן דרכים שונות לטיפול בתסמינים:

- תרופות נוגדות דכאון וחרדה.
- תרופות לשיפור הפרעות תנועה, מבוססות דופמין, יכולות גם כן לשפר דכאון וחרדה.
- טיפול פסיכותרפי והתנהגותי.
- פעילויות חברתיות ופעילות גופנית יכולים לעזור ואף למנוע.
- שעות שינה סדירות ותמיכה חברתית תוך הימנעות ממצבי לחץ יכולים גם כן לעזור.

לסיכום

- דכאון חרדה ואפתיה יכולים להיות סימפטומים של פרקינסון והם די נפוצים.
- הופעתם יכולה להיות מוקדמת, אף לפני תסמינים מוטוריים, או להופיע בשלב יותר מאוחר במהלך המחלה.
- חשוב ליידע את הרופא המטפל שלך בתסמינים אלו מכיוון שיש אפשרויות טיפול ספציפיות.
- תרופות, פעילות גופנית, פסיכותרפיה ותמיכה משפחתית וחברתית הם כלים חשובים בטיפול בתסמינים אלו.