



# Depresszió, szorongás és apátia Parkinson- betegségben – Tudnivalók betegek részére

## BEFOLYÁSOLJA-E A PARKINSON-KÓR A HANGULATOT?

Igen, a Parkinson-betegség számos, úgynevezett nem-motoros (nem a mozgáskészséggel összefüggő) panasszal jár, a motoros tüneteken túl. Ezek közül gyakori és fontos probléma a hangulatzavar, mely egyes betegek életminőségét még súlyosabban károsítja, mint maga a mozgászavar.

## MELYEK A HANGULATI ÉLET LEGGYAKORIBB PROBLÉMÁI PARKINSON- BETEGSÉGBEN?

A betegeknél leggyakrabban depresszió, szorongás, illetve apátia jelentkezik:

- A depresszió alacsony fekvésű hangulattal, szomorúsággal, reménytelenség érzéssel, időnként érzelmi kiüresedés érzésével és önváddal jár
- A szorongásos kórképek ideges lelkiállapotot, túlzott aggodást, pszichés feszültséget okoznak.
- Az apátia a motiváció és lelkesedés elvesztését jelenti, a beteg érdeklődése csökken egyes cselekvések vagy más emberek társasága iránt

## MIKOR JELENNEK MEG A HANGULATI PROBLÉMÁK?

A betegség bármelyik stádiumában megjelenhetnek, a betegek egy részénél megelőzik a motoros tüneteket, másoknál csak évekkal a Parkinson-kór diagnózisa után alakulnak ki. Egyes betegek a dopaminerg gyógyszerek szedése kapcsán észlelnek hangulatváltozást. Például szorongásos panaszok gyakoriak olyankor, amikor a levodopa vérszintje alacsony, tehát az úgynevezett „off” periódusokban.

## HOGYAN LEHET FELISMERNI A HANGULATZAVART?

A depresszió és szorongás gyakran erőtlenség, fáradtság érzésével, étvágytalansággal és alvászavarral jár. Ezek a problémák azonban önállóan is jelentkezhetnek, nem jelentik feltétlenül azt, hogy Ön depressziós is. Más hangulati tüneteket gyakran a betegek hozzátartozói és barátai észlelnek inkább.

Ilyenek lehetnek:

- Fokozott féltékenység, félelmek
- Ingerlékenység
- Elzárkózás a társasági élettől
- Távolmaradás a családi eseményektől, programoktól

## HOGYAN DIAGNOSZTIZÁLJÁK A HANGULATZAVART?

Ha nyíltan beszámol orvosának a tapasztalt hangulati változásokról, alvással vagy étvágygal kapcsolatos problémákról, azzal segíti a megfelelő diagnózist és a kezelés elkezdését. Az orvos valószínűleg rákérdez még:

- Arra, hogy mióta állnak fenn ezek a tünetek
- Mennyire zavaró mértékűek
- Milyen panaszok társulnak hozzájuk
- Időben összefüggenek-e ezek a gyógyszerbevétellel

## MÉRT ALAKUL KI EGYÁLTALÁN HANGULATZAVAR?

A Parkinson-kór a hangulat szabályozásért felelős agyterületek működésében is változást okoz. Egyes ingerület átvivő anyagok, például a dopamin, szerotonin, noradrenalin szintje csökken, ami felelős lehet a hangulatzavar kialakulásért. Az, hogy Ön hogyan éli meg a betegségét, illetve egyes pszichoszociális tényezők szintén szerepet játszhatnak.

## HOGYAN KEZELIK A PARKINSON- BETEGEKNÉL ELŐFORDULÓ HANGULATZAVART?

Különböző lehetőségek vannak a hangulati problémák kezelésére:

- Antidepresszáns és szorongáscsökkentő gyógyszerek a megfelelő tünetek ellen
- A mozgáskészséget javító dopaminerg gyógyszerek gyakran kedvező hatással vannak a hangulatzavarra is, főleg a gyógyszerbevitel megfelelő időzítése esetén
- Pszichoterápiás kezelés csökkentheti a panaszokat
- Az apátia kezelésében előre eltervezett programok, fizikai aktivitás és társaságban töltött idő segíthetnek
- Több alvás és érzelmi támogatás keresése segíthet elkerülni a stresszt

## ÖSSZEFOGLALVA:

- A depresszió, a szorongás és az apátia nem ritka tünetek Parkinson-betegségben
- Megjelenhetnek korán, akár még a motoros tünetek előtt, vagy több éves betegségfolyást követően is
- Fontos, hogy beszámoljon ezekről a tünetekről az orvosának, mivel kezelhetők
- A kezelés alappilléreit a gyógyszeres terápia, pszichoterápia és szociális támogatás képezik