



# افسردگی ، اضطراب ، بی تفاوتی در بیماری پارکینسون نکات اساسی برای بیمار

## آیا بیماری پارکینسون روی خلق اثر می گذارد؟

بله، بیماری پارکینسون می تواند باعث طیفی از علائم غیرحرکتی (علائمی که با حرکت در ارتباط نیستند) علاوه بر علائم حرکتی شود. اختلالات خلقی خیلی مهم و شایع هستند. این علائم می توانند بیشتر از علائم حرکتی باعث اختلال در کیفیت زندگی بیمار شدند.

## شایع ترین اختلالات خلقی در بیماری پارکینسون چیست؟

شایع ترین اختلالات خلقی که ممکن است بیماران پارکینسون را تحت تأثیر قرار دهد، افسردگی، اضطراب و بی تفاوتی هستند.

- افسردگی: شرایط خلقی است که با روحیه پایین، ناراحتی، ناامیدی و گاهی با احساس تهی بودن و گناه همراه است.
- اضطراب: احساس عصبی بودن، نگرانی، فشار و پریشانی است. بیماران که اضطراب دارند، ممکن است ترس یا حملات پانیک را تجربه کنند.
- بی تفاوتی: از دست دادن علاقه، انگیزه، تحرک برای انجام کاری یا بودن با افراد دیگر است.

## چه وقتی علائم خلقی اتفاق می افتد؟

شروع علائم خلقی می تواند هر زمان اتفاق بیفتد برخی بیماران ممکن است اختلالات خلقی را قبل از شروع علائم حرکتی تجربه کنند. بقیه بیماران ممکن است آن را سالها بعد از ابتلا به بیماری پارکینسون تجربه کنند. برخی بیماران ممکن است اظهار کنند که تغییرات خلقی با مصرف داروها بهتر شده است برای مثال، اضطراب اغلب وقتی که سطح داروها پایین است - «زمان های خاموشی» بیمار - اتفاق می افتد.

## چگونه بیمار می تواند متوجه علائم خلقی شود؟

افسردگی و اضطراب معمولاً با کاهش انرژی و خستگی، کاهش اشتها و اختلالات خواب همراه است. ولی این علائم به تنهایی نمی توانند اتفاق بیفتد داشتن هر یک از این علائم به تنهایی نمی تواند بیماری را مطرح کند. علائم دیگر ممکن است توسط افراد خانواده و دوستان مورد توجه قرار گیرند این علائم شامل:

- افزایش ترس
- افزایش بی قراری
- دوری از جمع
- عدم شرکت در وقایع خانوادگی یا فعالیت ها

## علائم خلقی چه طور تشخیص داده می شود؟

بلافاصله پزشک خود را از تغییرات خلقی، خواب یا اشتهای خود مطلع کنید که تشخیص درست برای شما گذاشته شود و درمان شروع شود. پزشک شما ممکن است بخواهد بداند که:

- چه وقت علائم شما شروع شده است؟
- چه اندازه علائم شما آزار دهنده است؟
- چه علائم همراهی وجود دارد؟
- انبساط علائم با زمان مصرف داروها

اگر بیمار همسر یا مراقبی دارد، آنها نیز ممکن است با گزارش هرگونه تغییری که در خلق، رفتار یا خواب بیمار متوجه می شوند کمک کنند.

## چرا علائم خلقی اتفاق می افتد؟

بیماری پارکینسون باعث تغییراتی در نواحی مغزی که خلق را کنترل می کنند می شود.

این بیماری باعث کاهش پیام رسان های شیمیائی مثل دوپامین، سروتونین و نورآدرنالین می شود که همچنین در اختلالات خلقی نیز تغییر می کنند. پاسخ بیمار به علائم و شرایط روحی و اجتماعی نیز می تواند باعث این علائم شود.

## تغییرات خلقی در بیماری پارکینسون چگونه درمان می

### شوند؟

روش های متفاوتی برای درمان علائم وجود دارد، از جمله:

- داروهای ضد افسردگی و ضد اضطراب می تواند افسردگی و اضطراب را درمان کنند.
- داروهای دوپامینی که باعث بهبود علائم حرکتی می شدند می توانند باعث بهبود افسردگی و اضطراب شوند به خصوص وقتی بیمار تغییرات خلقی را همزمان با مصرف داروها ذکر می کند.
- روان درمانی می تواند به بهبود افسردگی و اضطراب کمک کند.
- فعالیت های برنامه ریزی شده، ورزش و شرکت در اجتماع می تواند برای درمان بی تفاوتی استفاده شود.
- خواب بیشتر و حمایت اجتماعی می تواند به کاهش استرس کمک کند.

## به طور خلاصه:

- افسردگی، اضطراب و بی تفاوتی می توانند علائم بیماری پارکینسون باشند و خیلی شایع هستند.
- این علائم می توانند در مراحل اولیه و حتی قبل از علائم حرکتی شروع شوند یا دیرتر در سیر بیماری ظاهر کنند.
- مهم است که پزشک خود را در جریان این علائم بگذارید زیرا درمان اختصاصی برای این علائم وجود دارد.
- داروها، روان درمانی و حمایت اجتماعی، روش های اصلی برای درمان علائم هستند.