



# Depresja, Lęk i Apatia w Chorobie Parkinsona Istotne Fakty Dla Pacjentów

## CZY CHOROBA PARKINSONA MOŻE WPŁYWAĆ NA NASTRÓJ?

Tak, choroba Parkinsona (ang. Parkinson's disease - PD) może powodować szereg dolegliwości należących do tzw. grupy objawów pozaruchowych. Częstymi objawami z tej grupy są zaburzenia nastroju, które mogą być nawet bardziej dotkliwe niż objawy ruchowe (np. drżenie, czy spowolnienie ruchowe).

## JAKIE SĄ NAJCZĘSTSZE OBJAWY ZABURZEŃ NASTROJU W CHOROBY PARKINSONA?

Do najczęstszych zaburzeń nastroju należą :

- **depresja** – poczucie smutku, pustki i beznadziei
- **lęk** - uczucie niepokoju i napięcia nerwowego. Niekiedy lęk pojawia się napadowo, powodując ataki paniki
- **apatia** - brak zainteresowania, entuzjazmu lub motywacji do działania lub niechęć do przebywania w towarzystwie

## KIEDY POJAWIAJĄ SIĘ ZABURZENIA NASTROJU?

Zaburzenia nastroju mogą pojawić się w dowolnym momencie choroby. Niektórzy pacjenci doświadczają ich jeszcze przed wystąpieniem objawów ruchowych. U innych mogą wystąpić dopiero po wielu latach trwania choroby. Niektórzy pacjenci obserwują zaburzenia nastroju jako efekt uboczny leków stosowanych w chorobie Parkinsona.

## JAK ZIDENTYFIKOWAĆ OBJAWY ZABURZEŃ NASTROJU?

Jeżeli zaobserwujesz u siebie takie objawy jak brak energii, nadmierne zmęczenie, zmniejszenie apetytu i problemy ze snem, wówczas powinieneś zgłosić je lekarzowi. Niektóre objawy mogą być jednak zauważalne tylko dla twojego otoczenia, podczas gdy Ty sam nie będziesz zdawał sobie z tego sprawy. Należą do nich:

- zwiększona lękliwość
- zwiększona drażliwość
- izolacja od otoczenia
- wycofanie z życia społecznego

## JAK ROZPOZNAJE SIĘ ZABURZENIA NASTROJU?

Jeżeli poinformujesz swojego lekarza o niepokojących Cię objawach, zapewne będzie chciał się dowiedzieć:

- kiedy pojawiły się objawy
- jak bardzo są one dla Ciebie uciążliwe
- czy towarzyszą im inne objawy
- czy ich występowanie ma związek z przyjmowanymi lekami

Pamiętaj, że w postawieniu właściwego rozpoznania pomocna może być również relacja członków Twojej rodziny, dlatego ważne jest aby towarzyszyli Ci oni podczas wizyt u lekarza

## DLACZEGO W CHOROBY PARKINSONA WYSTĘPUJĄ ZABURZENIA NASTROJU?

Przyczyną zaburzeń nastroju w chorobie Parkinsona są zmiany w obrębie niektórych obszarów mózgu, które odpowiadają za produkcję tzw. neuroprzekaźników, takich jak dopamina, serotonina i noradrenalina. Do powyższych zaburzeń może prowadzić również Twoja reakcja na chorobę oraz to jak Twoją chorobę odbiera otoczenie.

## JAK LECZYĆ ZABURZENIA NASTROJU W PD?

Do najczęściej stosowanych metod leczenia zaburzeń nastroju w chorobie Parkinsona należą:

- leki przeciwdepresyjne i przeciwłękowe
- leki dopaminergiczne, które zmniejszają objawy ruchowe choroby, a także objawy depresji i lęku
- psychoterapia
- uczestnictwo w spotkaniach towarzyskich
- poprawa higieny snu
- wsparcie społeczne i unikanie stresu.

## PODSUMOWANIE

- depresja, lęk i apatia są częstymi objawami choroby Parkinsona
- objawy mogą pojawić się na każdym etapie choroby, zarówno na początku jak i po wielu latach trwania choroby
- ważne jest, aby poinformować lekarza o obecnych objawach, bo może to usprawnić proces leczenia
- leki farmakologiczne, psychoterapia i wsparcie społeczne są bardzo pomocne w leczeniu zaburzeń nastroju towarzyszących chorobie