



Depresija, anksioznost i apatija u Parkinsonovoj bolesti: osnovne činjenice za pacijente

DA LI PARKINSONOVA BOLEST MOŽE DA UTIČE NA RASPOLOŽENJE?

Da, Parkinsonova bolest (PB) može da uzrokuje i širok spektar nemotornih (nevezanih za pokrete) problema uz motorne simptome. Problemi sa raspoloženjem su važni i česti simptomi. Oni mogu kod nekih pacijenata da naruše kvalitet života više nego motorne teškoće.

KOJI SU ČESTI PROBLEMI SA RASPOLOŽENJEM U PB?

Najčešći problemi sa raspoloženjem koji mogu da utiču na pacijente sa PB su depresija, anksioznost i apatija.

- **Depresija** je stanje smanjenog raspoloženja, tuge, beznađa koje je ponekad udruženo sa osećajem praznine ili krivice.
- **Anksioznost** je osećaj nervoze, zabrinutosti, tenzije i nelagode. Pacijenti sa anksioznošću mogu da iskuse napade straha ili panike.
- **Apatija** je nedostatak interesa, entuzijazma ili motivacije da se obavljaju aktivnosti ili druženje sa drugim ljudima.

KADA SE PROBLEMI RASPOLOŽENJA POJAVLJUJU?

Simptomi raspoloženja se pojavljuju u bilo koje vreme. Neki pacijenti mogu da razviju simptome raspoloženja čak i pre nego što motorni simptomi počnu. Drugi pacijenti mogu da zapaze probleme sa raspoloženjem godinama po početku PB. Neki pacijenti takođe primete promene u raspoloženju zbog dopaminergičke terapije. Na primer, anksioznost se često pojavljuje kada su koncentracije leka niske tokom "off" perioda.

KAKO MOGU DA PREPOZNAM PROBLEME RASPOLOŽENJA?

Depresija i anksioznost su često udružene sa smanjenom energijom i zamorom, smanjenim apetitom i problemima sa spavanjem. Ali isto tako ovi problemi mogu da se pojave nezavisno, tako da prisustvo istih ne znači da ste depresivni. Neki drugi simptomi su ponekad očigledniji Vašoj porodici i prijateljima nego Vama. Ti simptomi mogu biti:

- Povećan strah
- Uvećana iritabilnost
- Socijalna izolacija
- Smanjeno učestvovanje u porodičnim događajima i aktivnostima

KAKO SE PROBLEMI SA RASPOLOŽENJEM DIJAGNOSTIKUJU?

Recite Vašem doktoru odmah ako primetite promene u raspoloženju, snu ili apetitu tako da bi mogli da dobijete dijagnozu i započnete terapiju. Vaš doktor bi želeo da zna:

- Kada su simptomi počeli
- Koliko Vas ometaju
- Udružene simptome
- Povezanost sa vremenskim rasporedom terapije

Ako imate suprugu ili staratelja, oni takođe mogu da budu od koristi u prijavi promena koji su oni primetili u vašem raspoloženju, ponašanju ili snu.

ZAŠTO SE PROBLEMI SA RASPOLOŽENJEM JAVLJAJU?

PB može da uzrokuje određene promene u delovima mozga koji kontrolišu raspoloženje. Bolest može da smanji nivo moždanih glasnika kao što su dopamin, serotonin i noradrenalin, što može da bude osnova problema sa raspoloženjem. Vaš odgovor na Vašu bolest i neki psihosocijalni faktori takođe mogu da dovedu do problema sa raspoloženjem.

KAKO SE LEČE PROBLEMI SA RASPOLOŽENJEM U PB?

Postoje različiti načini da se leče problemi sa raspoloženjem uključujući:

- Antidepresivi i anksiolitička terapija leči depresiju i anksioznost.
- Dopaminski lekovi koji poboljšavaju pokrete takođe mogu da poboljšaju depresiju i anksioznost, pogotovo ako se promeni vremenski raspored terapije.
- Psihoterapija može da pomogne u depresiji i anksioznosti.
- Programirane aktivnosti, vežbe i socijalizacija mogu da pomognu u apatiji.
- Više sna i podrška okoline uz izbegavanje stresa mogu da pomognu.

UKRATKO

- Depresija, anksioznost i apatija su simptomi PB i veoma su česti.
- Mogu da se pojave rano, čak i pre motornih problema ili da se razviju kasnije u toku bolesti.
- Veoma je važno da kažete doktoru o ovim problemima zato što postoje terapijske mogućnosti.
- Lekovi, psihoterapija i podrška okoline su glavni načini lečenja ovih problema.