



# Депресія, тривога й апатія при хворобі Паркінсона: Важливі факти для пацієнтів

## Чи може Хвороба Паркінсона вплинути на настрій?

Так, хвороба Паркінсона (ХП) може викликати ряд немоторних (тобто, не пов'язаних з рухом) проблем на додаток до моторних симптомів. Проблеми з настроєм - особливо важливі і часті симптоми. У деяких пацієнтів вони можуть погіршити якість життя навіть більше, ніж порушення моторних функцій.

## Які загальні симптоми впливу БД на настрій?

Найбільш поширені симптоми зміни настрою, які можуть вплинути на пацієнтів з ХД - це депресія, тривога і апатія.

- **Депресія** - це стан поганого настрою, смутку, безнадійності, іноді з почуттям порожнечі або провини.
- **Тривога** - це почуття нервозності, неспокою, напруженості і тривоги. Пацієнти з тривогою можуть відчувати страх або паніку.
- **Апатія** - це відсутність інтересу, ентузіазму або мотивації щось робити або спілкуватись з іншими людьми.

## Коли виникають симптоми зміни настрою?

Такі симптоми можуть початися в будь-який момент. У деяких пацієнтів вони можуть розвинутися ще до початку проблем з моторною функцією. Інші можуть помітити їх тільки після багатьох років ХП. Деякі пацієнти також зауважують зміни в настрої, пов'язані з використанням дофамінергічних ліків. Наприклад, тривога часто виникає, коли доза медикаментів занизька, або під час періодів вимикання (англійською - «off»).

## Як можна визначити симптоми зміни настрою?

Депресії і тривоги часто супроводжується відсутністю енергії й втомою, зниженням апетиту та проблемами зі сном. Але ці проблеми також можуть виникнути самі по собі, так що їх присутність не завжди означає, що ви перебуваєте в депресії. Інші симптоми іноді більш помітні для вашої родини і друзів, ніж для вас самих. Вони можуть включати:

- Зростання відчуття страху
- Підвищена дратівливість
- Соціальна ізоляція
- Самоусунення від участі в сімейних справах

## Як діагностується зміна настрою?

Відразу ж розкажіть своєму лікарю про зміни ваших настрою, сну й апетиту, щоб вам могли встановити діагноз і розпочати лікування якомога швидше. Ваш лікар може захотіти дізнатися:

- Коли саме симптоми почали проявлятися
- Наскільки вони дратують вас і оточуючих
- Чи є супутні симптоми
- Чи є взаємозв'язок з тривалістю лікування

Якщо у вас є чоловік / жінка або опікун, вони також можуть допомогти, повідомивши про будь-які інші зміни, які вони помітили у вашому настрої, поведінці і / або сні.

## Чому трапляються зміни настрою?

ХП може викликати певні зміни в ділянках мозку, які відповідають за настрій. Хвороба може зменшити активність нейротрансмітерів, таких як допамін, серотонін та норадреналін, що може лежати в основі деяких проблем з настроєм. Ваша реакція на хворобу і деякі психосоціальні фактори також можуть привести до цих симптомів.

## Як лікувати зміни настрою при ХП?

Існують різні способи лікування цих симптомів, включаючи:

- антидепресанти і анксиолітичні препарати можуть допомогти при лікуванні депресії й тривоги.
- Дофамінові препарати, покликані боротися з руховими порушеннями, також можуть зменшити депресію й тривогу, особливо якщо останні залежать від графіка прийому ліків.
- Психотерапія може допомогти в лікуванні депресії і тривоги.
- Заплановані заздалегідь дії, вправи і спілкування можуть допомогти в лікуванні апатії.
- Здоровий сон і соціальна підтримка, уникнення стресу також можуть допомогти.

## Висновки

- Депресія, тривога і апатія можуть бути симптомами ХП і досить широко розповсюджені.
- Вони можуть з'являтися рано, навіть до початку моторної дисфункції, або розвиватися пізніше, під час курсу лікування захворювання.
- Важливо повідомити свого лікаря про ці симптоми, тому що у вас є конкретні призначення для лікування.
- Медикаментозне лікування, психотерапія і соціальна підтримка - основні методи лікування цих симптомів.