



Essentiel Tremor: Nyttige Informationer til Patienterne

HVAD ER DET?

Essentiel tremor (ET) er den mest almindelige bevægelseforstyrrelse. Det kaldes også godartet rysten på hænderne, familiær rysten eller arvelig rysten. Patienter med ET kan opleve ukontrolleret rysten af hænderne, hovedet, stemmen eller andre kropsdele. Tilstanden begynder sædvanligvis i voksenalderen og kan blive værre med tiden. Rysten er typisk mest udtalt, når hænderne holdes fremstrakt eller ved finmotoriske håndbevægelser, som eksempelvis, når man holder en kop, spiser med bestik eller skriver. Rystelserne forsvinder oftest, når hånden og armen er fuldstændig afslappet, som når den ligger i skødet. Stress kan midlertidigt forværre rysten.

HVAD ER ÅRSAGEN?

Årsagen til ET er ukendt, men over halvdelen af patienter med ET har andre familiemedlemmer, der også ryster. Forskere har dog endnu ikke kortlagt det eller de gener, som kan være involveret ved ET. Hos patienter med ET i familien kan symptomerne begynde i en tidligere alder end ellers. Forskere mener, at ET stammer fra hjernen, men på trods af det har patienterne normale hjerneskaninger. Der findes ingen prøve, som kan bruges til at stille ET-diagnosen. Lægen vælger dog nogle gange at få foretaget en blodprøve og undersøge stofskiftet, da stofskiftesygdomme kan forværre rysten. Visse typer af medicin kan også forværre rysten.

FINDES DER EN BEHANDLING?

Der findes midler, som kan dæmpe rysten, men der findes ingen helbredende behandling. Brug af hjælpemidler, så som tunge kopper eller små vægte omkring håndleddene, kan hjælpe nogle patienter. Nogle patienter har gavn af medicinsk behandling. Medicineffekten er meget individuel og nogle lægemidler virker bedre hos nogle patienter end andre. Ved medicinsk behandling må man derfor ofte prøve sig frem. Lægemidler, som kan have effekt, omfatter:

- Beta-blokkere eksempelvis Propranolol
- Epilepsimedicin eksempelvis Primidon, Gabapentin, Topiramam og Clonazepam

Lægen kan også anbefale, at man reducerer indtaget af koffein og andre stimulerende stoffer eller, at man reducerer eller stopper andre medicinske behandlinger, som kan forårsage rysten.

Patienter med visse typer af rysten kan have gavn af botulinum toxin indsprøjtninger.

Botulinum toxin sprøjtes ind i de muskler, som skaber rystelserne. Disse indsprøjtninger må gentages to til fire gange om året og virker bedst på rysten af hovedet eller stemmen.

Selvom medicinsk behandling kan hjælpe nogle patienter med rysten, og altid skal forsøges først, kan man ved svær rysten overveje behandling med operation.

Neurologen kan rådgive om den bedste behandling for den enkelte patient. Der findes flere forskellige operationsmuligheder:

- Thalamotomi: En hjerneoperation, hvor man ødelægger et mindre område i hjernen kaldet thalamus.
- Deep Brain Stimulation - dyb hjernestimulation (DBS): En anden operation på thalamus, hvor en tynd elektrode placeres i thalamus og forbindes til et pacemakerlignende stimulationsbatteri, som ligger under huden på brystet.
- Andre operationer

ER ESSENTIEL TREMOR EN FORM FOR PARKINSONS SYGDOM?

Nej. ET forekommer ca 10 gange hyppigere end Parkinsons sygdom (PS). I modsætning til ET er rysten ved PS værst, når hænderne er i hvile og ikke når de bevæges. Andre tegn på PS, som ikke ses ved ET, kan være langsomme bevægelser og gang- og balanceproblemer.

HVAD KAN JEG FORVENTE AF ET LIV MED ESSENTIEL TREMOR?

ET forkorter ikke livslængden. Rysten kan forværres med tiden, men forværringen sker som regel ganske langsomt og over mange år. Patienter kan få problemer at skrive, spise og drikke, hvilket kan medføre utilpashed i sociale sammenhænge. Ved en mild rysten er der typisk ikke behov for behandling. Behandling tidligt i sygdomsforløbet kan ikke hindre eller bremse den naturlige udvikling af sygdommen. Man bør først overveje opstart af medicinsk behandling, når rysten medfører problemer i hverdagen eller påvirker almindelige dagligdags aktiviteter.