



# Tremore Essenziale: Aspetti Essenziali per i Pazienti

## CHE COS'È?

Il tremore essenziale (TE) è il più comune fra i disturbi del movimento. È conosciuto anche come tremore essenziale benigno, tremore familiare o tremore ereditario. I pazienti con TE possono presentare un tremore molto severo a livello degli arti superiori, del capo, della voce o di altre regioni corporee. Tale patologia inizia solitamente in età adulta e può peggiorare lentamente con l'età. Il tremore è tipicamente evidenziabile mantenendo gli arti superiori protesi in avanti o durante l'esecuzione di movimenti comuni, ad esempio prendere una tazzina, usare le posate o scrivere. Il tremore solitamente si interrompe quando gli arti sono completamente rilassati, ad esempio come quando vengono appoggiati su un piano. Spesso lo stress può peggiorare temporaneamente il tremore.

## QUAL È LA CAUSA?

La causa del TE è sconosciuta, tuttavia più della metà dei pazienti presenta un altro membro della famiglia con tremore. Gli studiosi non hanno ancora individuato il(i) gene(i) responsabile(i) del TE. Nei pazienti con storia familiare di TE, i sintomi tendono a svilupparsi ad un'età più precoce. Si ritiene comunque che il TE abbia origine a livello cerebrale nonostante l'assenza di significative alterazioni allo studio di neuroimmagini.

Non esiste un test diagnostico nel TE. In ogni caso, il medico curante dovrà escludere altre condizioni patologiche, ad esempio disfunzioni tiroidee che possono peggiorare il tremore. Infine il tremore può essere peggiorato dall'assunzione di farmaci.

## ESISTE UNA TERAPIA?

Esistono alcuni possibili trattamenti efficaci nel ridurre il tremore, pur non essendo ad oggi disponibile una cura. L'utilizzo di utensili rinforzati, o addirittura di pesi applicati al polso può essere d'aiuto in alcuni casi. Alcuni pazienti possono beneficiare della terapia farmacologica. I farmaci vengono solitamente impiegati procedendo per tentativi. Alcuni farmaci sono più efficaci di altri, ma ciò varia nei singoli pazienti. I farmaci utilizzati più frequentemente sono:

- Beta-bloccanti come il propranololo
- Farmaci antiepilettici quali il primidone, il gabapentin, il topiramato ed il clonazepam

Il proprio medico dovrebbe consigliare di ridurre la caffeina od altri stimolanti e alcuni farmaci che possono peggiorare il tremore. I pazienti con alcune tipologie di tremore potrebbero beneficiare

dal trattamento con iniezioni di tossina botulinica. La tossina botulinica viene iniettata nei muscoli che causano tremore, indebolendoli temporaneamente. Le iniezioni dovrebbero essere ripetute da due a quattro volte l'anno e sono molto efficaci nei pazienti con tremore del capo o della voce.

Sebbene il trattamento medico possa aiutare alcuni pazienti con tremore, e dovrebbe essere tentato come primo approccio, nei pazienti con tremore severo dovrebbe essere presa in considerazione la terapia chirurgica. Il neurologo di riferimento dovrebbe indicare la scelta terapeutica più appropriata per ciascuna condizione. Esistono diversi approcci chirurgici per il TE:

- Talamotomia: una tipologia di chirurgia che consiste nel generare una lesione di un'area cerebrale specifica, ovvero il talamo.
- Stimolazione cerebrale profonda (deep brain stimulation - DBS): una tipologia di chirurgia del talamo in cui un sottile elettrodo viene posizionato nel talamo e connesso ad un dispositivo simile ad un pacemaker sotto la cute in sede toracica.
- Altre procedure chirurgiche

## IL TE È UNA VARIANTE DI MALATTIA DI PARKINSON?

No. Il TE è circa 10 volte più comune della Malattia di Parkinson (MP). Diversamente dal TE, il tremore della mano nella MP è più evidente quando le mani sono a riposo e non durante lo svolgimento di alcune attività. Altri segni della MP, ma non del TE, includono la lentezza nel movimento, la difficoltà nel camminare ed altri eventuali segni neurologici.

## COSA CI SI DEVE ASPETTARE DALLA CONVIVENZA CON IL TE?

Il TE non incide sull'aspettativa di vita. Il tremore può aumentare con il tempo, ma il cambiamento è solitamente lento, tipicamente nel corso di anni. In alcuni casi i pazienti possono presentare un certo grado di disabilità, ad esempio difficoltà nello scrivere, nel mangiare e nel bere od anche imbarazzo sociale. Il tremore di media entità solitamente non richiede terapia ed il trattamento precoce non arresta né rallenta la progressione naturale dei sintomi. Bisogna considerare di iniziare il trattamento farmacologico quando il tremore coinvolge le attività di vita quotidiane oppure arriva a causare problemi per il paziente.