



Esenciāls tremors: informācija pacientiem

KAS TAS IR?

Esenciāls tremors (ET) ir visbiežāk sastopamie kustību traucējumi. Citi nosaukumi ir labdabīgais esenciālais tremors, ģimenes tremors vai pārmantotais tremors. Esenciāls tremors pacientiem var izpausties kā nekontrolēta roku, galvas, balss vai citu ķermeņa daļu trīce (tremors). Trīce parasti sākas pieaugušo vecumā un pakāpeniski ar gadiem pastiprinās. Tipiski trīce pacientiem parādās, turot rokas sev izstieptas priekšā, vai veicot noteiktas kustības, piemēram, rakstīšana, ēšana vai kafijas krūzes turēšana. Trīce parasti mazinās vai pilnībā pāriet pilnībā atbrīvojot, relaksējot rokas, piemēram, novietojot tās atslābinātas klēpī, bet stresa situācijās trīce pastiprinās.

KĀDS TAM IR CĒLONIS?

ET cēlonis nav zināms, tomēr vairāk kā pusei pacientu tremors ir sastopams arī kādam citam ģimenes loceklim. Zinātnieki pagaidām nav atraduši ģēnus, kas izraisa esenciālu tremoru. Pacientiem, kuriem ģimenē kādam ir esenciāls tremors, trīce parasti sākas jaunākā vecumā. Zinātnieki uzskata, ka trīce rodas no smadzeņu impulsiem, tomēr vizuāldiagnostikas izmeklējumos smadzenes ir veselas.

Esenciālam tremoram nepastāv diagnostisko testu. Tomēr Jūsu ārsts var jums nozīmēt asins analīzes, lai izslēgtu vairogdziedzera saslimšanu, kas var pasliktināt trīci. Arī daži medikamenti var pasliktināt trīci.

VAI PASTĀV ĀRSTĒŠANA?

Pastāv daži medikamenti, kas ievērojami samazina trīci, tomēr izārstēt to pilnībā nevar. Dažiem pacientiem mazināt tremoru var palīdzēt pielāgojot ikdienas piederumus: izmantojot smagas krūzes un galda piederumus vai lietojot svarus uz plaukstas locītavām. Dažiem pacientiem būtiski var palīdzēt medikamenti. Šo medikamentu izvēle ir ļoti individuāla, medikamentu efektivitāte katram pacientam ir ļoti individuāla. Medikamenti, kas var ievērojami mazināt trīci:

- Beta blokatori – propranolols
- Antiepileptiskie medikamenti – primidons, gabapentins, topiramāts, klonazepāms

Jūsu ārsts var jums ieteikt samazināt kofeīna, citu stimulatoru un tremoru veicinošu medikamentu lietošanu. Botulīna toksīna injekcijas var ievērojami mazināt sūdzības pacientiem ar noteikta tipa trīci. Botulīna toksīnu injicē tajos muskuļos, kas rada trīci, īslaicīgi tos padarot vājākus, tādējādi mazinot trīci. Šīs injekcijas ir jāatkārto 2-4 reizes gadā un visefektīvāk šī metode palīdz pacientiem ar galvas vai balss tremoru.

Medikamentoza terapija palīdz lielākai daļai pacientu, tomēr pacientiem ar ļoti izteiktu trīci, kuriem medikamenti nepalīdz, būtu jāapsver ķirurģiska terapija. Konsultējieties ar neirologu par jums piemērotāko terapijas metodi.

Pastāv vairāk kā viena ķirurģiska ārstēšanas metode:

- Thalamotomija: šajā gadījumā operācijas laikā tiek iznīcināta noteikta smadzeņu daļa – talamus
- Dziļā smadzeņu stimulācija: šajā gadījumā talamusā tiek ievietoti elektrodi, kuri ir savienoti ar stimulatoru, kas iešūts zem ādas uz krūškurvja

VAI ESENCIĀLS TREMORS IR PARKINSONA SLIMĪBAS PAVEIDS?

Nē. ET ir 10 reizes biežāk sastopams kā Parkinsona slimība. Un pretēji ET, Parkinsona slimības pacientiem trīce ir vizizteiktākā, kad rokas ir atslābinātas, nevis kustībā, kā tas ir ET pacientiem. Citas Parkinsona slimības pazīmes, kas nav raksturīgas ET, ir kustību lēnīgums, iešanas grūtības u.c.

KO ES VARU SAGAIĀT, DZĪVOJOT AR ET?

ET nesaīsina dzīves ilgumu. Trīce var pastiprināties ar laiku, taču progresija ir ļoti lēna, vairāku gadu garumā. Gadu laikā pacientiem var parādīties grūtības veikt dažas ikdienas aktivitātes, tādās kā rakstīšana, galda piederumu lietošana, krūzītes turēšana. Vieglai trīcei nav nepieciešam ārstēšana un agrīna terapijas uzsākšana nemaina esenciāla tremora gaitu un progresiju. Medikamentoza terapija ir jāuzsāk tikai tad, kad trīce traucē ikdienas aktivitātēm un rada pacientam grūtības.