



Esencialinis tremoras: svarbiausi faktai pacientams

KAS TAI?

Esencialinis tremoras (ET) yra dažniausiai pasitaikantis judėjimo sutrikimas. Jis taip pat žinomas gerybino esencialinio tremoro, šeiminio tremoro ar paveldimo tremoro pavadinimais. Pacientai, turintys ET, gali jausti nevaldomą drebėjimą (tremorą) rankose, galvoje, balse ar kitose kūno vietose. Būklė paprastai prasideda vyresniame amžiuje ir senstant gali palaipsniui progresuoti. Tremoras paprastai labiausiai pastebimas ištiesus rankas ar atliekant smulkius plaštakų judesius, tokius kaip puodelio, šaukšto laikymas ar rašymas. Tremoras dažniausiai nurimsta rankas/plaštakas visiškai atpalaidavus, pavyzdžiui, jas padėjus ant kelių. Stresas dažnai laikinai tremorą pablogina.

KOKIA TO PRIEŽASTIS?

ET priežastis nežinoma, tačiau daugiau nei pusė pacientų turi kitą šeimos narį, turintį tremorą. Tyrėjai kol kas neaptiko geno (-ų), sukeliančių ET. Simptomai pacientams, kurių šeimoje yra turinčių ET, linkę atsirasti ankstesniame amžiuje. Tyrėjų manymu, ET prasideda galvoje, tačiau vaizdiniai smegenų tyrimai atrodo normalūs. ET patvirtinančio diagnostinio testo nėra. Nepaisant to, Jūsų gydytojas gali norėti iširti Jūsų kraują dėl kitų būklių, tokių kaip skydliaukės ligos, kurios galėtų pabloginti tremorą. Kai kurie vaistai taip pat gali pabloginti tremorą.

AR YRA GYDYMAS?

Yra efektyvių gydymo būdų tremorą sumažinti, tačiau ne išgydyti. Pasunkinti puodeliai, įrankiai ir net svoriai ant riešų kai kuriems pacientams gali padėti. Kai kuriems pacientams gali pagelbėti vaistai. Jie dažniausiai skiriami bandymų ir klaidų metodo principu. Kai kurie veikia geriau nei kiti, priklausomai nuo individualių paciento savybių. Vaistai, kurie gali padėti, yra:

- Beta-blokatoriai, tokie kaip propranololis;
- Vaistai nuo epilepsijos, tokie kaip primidonas, gabapentinas, topiramatas ir klonazepamas.

Jūsų gydytojas gali siūlyti sumažinti suvartojamo kofeino, kitų stimuliantų kiekį, taip pat tremorą sukeliančių vaistų. Tam tikro pobūdžio tremorą turintiems pacientams gali pagelbėti botulino toksino suleidimas. Botulino toksinas suleidžiamas į raumenis, kurių susitraukimai sukelia tremorą, laikinai juos nusilpnindamas ir tremorą sumažindamas. Šios injekcijos turi būti kartojamos nuo dviejų iki keturių kartų per metus ir yra efektyviausios pacientams, turintiems galvos ar balso tremorą. Nors vaistai kai kuriems pacientams su tremoru gali pagelbėti ir turėtų būti išmėginti pirmiausiai, esant sunkiam tremorui gali būti svarstoma chirurginio gydymo galimybė. Jūsų neurologas gali pasiūlyti, koks gydymo metodas Jums būtų tinkamiausias. ET gali būti gydomas daugiau nei vienu chirurginiu būdu:

- Talamotomija: smegenų chirurgijos būdas, kuomet sunaikinama smegenų vieta, vadinama gumburu;
- Gilioji Smegenų Stimuliacija (GSS): kitoks gumburo chirurginio gydymo būdas, kuomet į jį įvedamas plonas laidas (dar vadinamas elektrodu), kuris pajungiamas prie stimuliatorių primenančių prietaiso, patalpinamo po oda krūtinės srityje;
- Kiti chirurginio gydymo būdai.

AR ESENCIALINIS TREMORAS YRA VIENA IŠ PARKINSONO LIGOS PASIREIŠKIMO FORMŲ?

Ne. ET yra maždaug 10 kartų dažnesnis nei Parkinsono liga (PL). Kitaip nei ET, rankų tremoras sergant PL yra akivaizdžiausias, kai paciento rankos atpalaiduotos ir nenaudojamos jokiai veiklai. Kiti PL, bet ne ET požymiai yra judesių lėtumas, eisenos sunkumai ir kiti simptomai.

KO GALIU TIKĖTIS GYVENDAMAS SU ET?

ET netrumpina Jūsų gyvenimo trukmės. Tremoras su laiku gali stiprėti, tačiau šis pokytis dažniausiai yra lėtas, dažniausiai per daugelį metų. Galiausiai, kai kuriuos pacientus gali pradėti varginti įvairios problemos, tokios kaip rašymo, valgymo ir gėrimo sunkumai ar net nepatogumo jausmas socialinėje aplinkoje. Lengvo tremoro paprastai gydyti nereikia, ankstyvas gydymas natūralios ligos eigos nesustabdo ar nesulėtina. Pradėkite vartoti vaistus tik tuomet, kai tremoras kenkia Jūsų kasdieninei veiklai ar Jums sukelia problemų.