



لرزش خوش خیم : نکات ضروری برای بیماران

لرزش خوش خیم چیست؟

پزشک ممکن است به بیمار پیشنهاد کند مصرف کافئین و مواد محرک دیگر و برخی از داروها ای که باعث لرزش می شوند را کاهش بدهد. در برخی از انواع لرزش ممکن است تزریق بوتولینوم مؤثر باشد. سم بوتولینوم در عضلاتی که باعث لرزش می شوند تزریق می گردد، که به طور موقت باعث ضعیف شدن عضلات و کاهش لرزش می شود. تزریق باید دو تا چهار بار در سال تکرار شود و برای بیماران مبتلا به لرزش سر و لرزش صدا مؤثرتر است. اگر چه درمان دارویی برای برخی از بیماران مبتلا به لرزش ممکن است کمک کننده باشد، و در ابتدا باید این داروها مورد استفاده قرار گیرند، اما برای کسانی که دارای لرزش شدید هستند ممکن است عمل جراحی در نظر گرفته شود. متخصص مغز و اعصاب می تواند انتخاب بهترین روش درمانی را با توجه به وضعیت بیمار توصیه کند.

انواع روش های جراحی که برای لرزش خوش خیم وجود دارند، عبارتند از:

- تالاموتومی: یک نوع عمل جراحی مغز است که در آن یک بخش از مغز یا تالاموس تخریب می شود.
- تحریک هسته های عمقی مغز (DBS): نوع دیگری از عمل جراحی تالاموس می باشد که در آن یک سیم نازک (الکتروود) در تالاموس قرار گرفته و به یک دستگاه تحریک کننده که در زیر پوست قفسه سینه جای می گیرد وصل می شود.
- سایر روش های جراحی

آیا لرزش خوش خیم نوعی از بیماری پارکینسون است؟

خیر، برخلاف لرزش خوش خیم که حدوداً ده برابر شایع تر از بیماری پارکینسون است، لرزش دست در بیماری پارکینسون زمانی که دستان در حالت استراحت است بیشتر از زمانی است که از آنها برای فعالیت استفاده می شود. نشانه های دیگر بیماری پارکینسون، که در بیماران با لرزش خوش خیم وجود ندارند شامل کندی حرکت، اختلال در راه رفتن و سایر علائمی است که در معاینه عصبی یافت می شوند.

لرزش خوش خیم چه اثراتی بر روی زندگی فرد مبتلا دارد؟

لرزش خوش خیم باعث کاهش طول عمر نمی شود. لرزش ممکن است در طول زمان افزایش یابد، اما این تغییرات معمولاً آهسته است، که به طور معمول چندین سال طول می کشد. در نهایت برخی بیماران ممکن است در جاتی از ناتوانی را تجربه کنند، مانند: مشکل در نوشتن، غذا خوردن، نوشیدن و یا حتی احساس خجالت در اجتماع. لرزش خفیف به طور معمول نیاز به درمان ندارد و درمان زود هنگام، سیر طبیعی بیماری را متوقف و یا کند نمی کند. شروع درمان دارویی را زمانی می توان مدنظر داشت که لرزش فعالیت های روزانه بیمار را تحت تاثیر قرار داده و یا باعث مشکلاتی برای بیمار گردیده است.

لرزش خوش خیم، شایع ترین اختلال حرکتی است که به آن عنوان لرزش اساسی، لرزش خانوادگی و لرزش ارثی نیز گفته می شود. بیماران مبتلا به لرزش خوش خیم لرزش غیر قابل کنترل (ترمور) در دست، سر، صدا، یاسایر نقاط بدن را تجربه می کنند. این وضعیت معمولاً در بزرگسالان شروع می شود و به تدریج ممکن است با افزایش سن بدتر گردد. لرزش معمولاً در هنگام کشیدن دستها به جلو و حرکات ظریف دست، مانند نگه داشتن یک فنجان، یا استفاده از قاشق و یا نوشتن بیشتر می شود. لرزش دستها زمانی که اندام در وضعیت استراحت باشد، مانند هنگامی که دست ها روی ران پاها قرار می گیرند، متوقف می گردد. استرس اغلب لرزش را به طور موقت بدتر می کند.

علت لرزش خوش خیم چیست؟

علت لرزش خوش خیم ناشناخته است، اما در بیش از نیمی از بیماران عضو دیگری از خانواده نیز مبتلا است. محققان هنوز نتوانسته اند ژن یا ژن هایی که باعث لرزش خوش خیم می شوند را کشف کنند. در بیماران با سابقه خانوادگی لرزش خوش خیم نشانه ها و علائم ممکن است در سنین پایین تر ظاهر شوند. محققین تصور می کنند منشأ لرزش خوش خیم مغز است، اما اسکن های مغز بیماران طبیعی بوده است. هیچ آزمون تشخیصی برای لرزش خوش خیم وجود ندارد. با این حال پزشک ممکن است خون بیمار را برای عللی که می تواند لرزش را تشدید کنند، مثل بیماریهای تیروئید بررسی کند. برخی داروها نیز ممکن است لرزش را بدتر کنند.

آیا درمانی برای لرزش خوش خیم وجود دارد؟

درمان های موثری برای کاهش لرزش وجود دارند، اما بهبودی کامل دیده نمی شود. با استفاده از فنجان و ظروف سنگین و حتی مچ بندهایی که وزنه سنگین کوچکی به آن متصل است می توان به برخی از بیماران کمک کرد. مصرف دارو برای بعضی از بیماران سودمند است، داروها معمولاً بر اساس آزمون و خطا به بیماران داده می شوند، در بعضی از بیماران درمان تاثیر بیشتری خواهد داشت. داروهایی که ممکن است کمک کننده باشند عبارتند از:

- مهارکننده های گیرنده بتا مانند: پروپرانولول
- داروهای ضد صرع مانند: پریمیدون، گاباپنتین، توپیرامات و کلونازپام