



Esencialni Tremor: Pomembne Informacije Za Bolnike

KAJ JE TO?

Esencialni tremor (ET) je najbolj pogosta motnja gibanja. Imenujemo je tudi benigni esencialni tremor, familiarni tremor ali hereditarni tremor. Bolniki z ET lahko občutijo nehoteno tresenje (tremor) rok, glave, glasu ali ostalih delov telesa. Težave se navadno začnejo v odrasli dobi in se lahko postopoma poslabšajo s starostjo. Tremor je navadno najbolj opazen, ko sta roki iztegnjeni naprej ali pri finih gibih, npr. držanje skodelice, uporaba žlice ali pisanje. Tremor se navadno umiri, če so roke v sproščene, npr. počivajo v naročju. Stres lahko začasno poslabša tremor.

KAJ JE VZROK?

Vzrok ET ni znan, a več kot polovica bolnikov ima družinskega člana z ET. Raziskovalci niso našli gena/ov, ki bi povzročali ET. Bolnikov z družinsko prizadetostjo običajno z ET zbolijo bolj zgodaj. Znanstveniki so mnenja, da gre pri ET za motnjo v možganih, čeprav so možganska slikanja normalna.

Preiskave, ki bi lahko potrdila ET ni. Zdravnik vas bo morda napotil na preglede krvi s katerimi bo izključil druge bolezni (npr. bolezen ščitnice), ki lahko tremor poslabšajo. Tudi nekatera zdravila lahko poslabšajo tremor.

ALI IMAMO ZDRAVILA?

Obstajajo učinkovita zdravila, ki zmanjšajo tremor, zdravila, ki bi tremor pozdravilo pa ni. Uporaba obteženih skodelic, posode in nošenje malih zapestnih uteži pomaga nekaterim bolnikom pri vsakodnevnih aktivnostih. Nekaterim dobro pomagajo zdravila. Učinka zdravil ne moremo napovedati, saj nekaterim bolnikom bolje pomagajo ena, drugim druga. Zdravila, ki navadno pomagajo so:

- blokator beta, kot je propranolol
- antiepileptiki, kot so primidon, gabapentin, topiramatin in klonazepam.

Zdravnik vam bo najverjetneje predlagal zmanjšanje uživanja kofeina in drugih stimulansov ter nekaterih zdravil, ki lahko ojačijo tremor. Nekaterim bolnikom lahko pomagajo injekcije toksina botulina. Toksin botulina se injicira v mišico, ki povzroča tremor, ter jo začasno oslabi, s čimer se tremor zmanjša. Injekcije je potrebno ponovljati dva do štirikrat letno in so najučinkovitejše pri bolnikih s tremorjem glave in glasu.

Zdravila lahko pomagajo nekaterim bolnikom in zato najprej preizkusimo zdravljenje z zdravili. Pri bolnikih s hudim tresenjem prihaja v poštev kirurški poseg. Nevrolog vam bo svetoval ustrezne načine zdravljenja. Obstaja več možnosti kirurškega zdravljenja ET. Te so:

- talamotomija: kirurški poseg, pri katerem se delček možganov - talamusa, uniči,
- globoka možganska stimulacija (GMS ali angleško DBS - deep brain stimulation): drug način operacije talamusa, kjer se vanj vstavi drobna žička (elektroda), ki je s podkožnim kablom povezana z vzpodbujevalcu podobno napravo pod kožo na prsnem košu,
- drugi kirurški postopki.

ALI JE ESENCIALNI TREMOR OBLIKA PARKINSONOVE BOLEZNI?

Ne. ET je 10 krat pogostejši od parkinsonove bolezni (PB). Za razliko od ET je tremor rok pri PB najbolj očiten, ko sta bolnikov roki sproščeni in ne kadar sta aktivni. Pri PB so razviti tudi drugi znaki, ki pri ET niso prisotni: upočasnjeno gibanje, težave s hojo in drugi.

KAJ LAHKO PRIČAKUJEM V ŽIVLJENJU Z ET?

ET ne skrajša pričakovane življenjske dobe. Tremor se lahko sčasoma ojača, a spremembe se pojavijo počasi, tekom let. Nekateri bolniki občutijo težave pri dnevnih aktivnostih, kot npr. težave pri pisanju, jedi ali pitju, lahko tudi neugodje v družbi. Blag tremor načeloma ne potrebuje zdravljenja, saj zgodnje zdravljenje ne ustavi ali upočasnjuje napredovanja težav. O zdravljenju je smiselno razmisliti, ko tremor vpliva na vaše vsakodnevne aktivnosti oziroma vam povzroča pomembne težave.