



Есенціальний тремор: важливі факти для пацієнтів

Що це?

Есенціальний тремор (ЕТ) є найпоширенішим руховим захворюванням. Він також відомий під назвою доброякісного, спадкового або ідіопатичного тремору. Пацієнти з ЕТ можуть відчувати певні неконтрольовані тремтіння рук, голови, голосу або інших частин тіла. Цей стан, зазвичай, починається у дорослих і може поступово з віком погіршуватись. Тремор, як правило, найбільш помітний, коли хворий тримає руки перед собою або робить ними прості рухи, як то: тримання чашки, зачерпування їжі ложкою, або письмо. Тремор зазвичай зупиняється, якщо долоні/руки повністю розслаблені, наприклад, коли вони лежать у пацієнта на колінах. Стрес часто погіршує тремор на певний час.

Що є причиною?

Причини ЕТ і досі є невідомими, але є більше, ніж у половини хворих, є щонайменше один член сім'ї, який також страждає на тремор. Дослідники наразі не знайшли генетичної мутації, яка викликає цей розлад. У пацієнтів, у родині яких були випадки ЕТ, симптоми, як правило, починаються в ранньому віці. Дослідники вважають, що хвороба розвивається в мозку, але сканування останнього у хворих показує абсолютно нормальний стан. Не існує точних діагностичних тестів для ЕТ. Тим не менш, ваш лікар може перевірити вашу кров на випадок інших захворювань, таких як захворювання щитоподібної залози, що можуть значно погіршити тремор. Деякі ліки також можуть посилити тремор.

Чи існує лікування?

Існують ефективні процедури для зменшення симптомів тремору, але ліків від нього немає. Частиці пацієнтів може допомогти носіння невеликих вантажів на зап'ястях, деяким хворим можуть допомогти ліки. Препарати зазвичай підбираються шляхом проб та помилок. Деякі з них діють краще, ніж інші, залежно від конкретного пацієнта. Ліки, які можуть допомогти пацієнту, включають:

- Бета-блокатори (пропранолол)
- Протисудомні препарати (примідон, габапентин, топірамаат та клоназепам)

Ваш лікар може запропонувати обмеження споживання кофеїну, інших стимуляторів та деяких ліків, що можуть посилювати тремор. Пацієнти з певними типами тремору

можуть відчувати полегшення від ін'єкцій ботулотоксину. Ботулотоксин вводиться в м'язи, скорочення яких викликає дрижання, і тимчасово ослаблює їх, в результаті чого тремтіння зменшується. Ці ін'єкції повинні повторюватися від двох до чотирьох разів на рік і є найбільш ефективними для пацієнтів з тремором голови або голосу.

Хоча медикаментозне лікування і може допомогти деяким особам з тремором і повинно бути застосоване перш за все, пацієнти з сильним тремором можуть потребувати хірургічного втручання. Невролог може порадити найбільш дієві методи лікування, відповідно до вашого стану. Існують наступні типи операцій при ЕТ:

- Таламотомія: певна частина мозку (таламуса) пересікається.
- Глибока стимуляція мозку (ГСМ): операція на таламусі, коли тонкий дрот (електрод) поміщають в цю структуру і підключають до пристрою, подібного до кардіостимулятора, що знаходиться під шкірою на грудях.
- Інші хірургічні процедури

Чи є есенціальний тремор проявом хвороби Паркінсона?

Ні. ЕТ зустрічається приблизно в 10 разів частіше, ніж хвороба Паркінсона (ХП). На відміну від ЕТ, тремтіння рук під час ХП більш помітне, коли руки пацієнта знаходяться в розслабленому стані, а не тоді, коли вони виконують певні рухи. Інші ознаки ХП, але не ЕТ, включають уповільненість рухів, утруднення ходи та інші прояви, що виявляються при спеціальному обстеженні.

Чого очікувати і як жити з ЕТ?

ЕТ не вкорочує тривалість життя. Тремор може погіршуватися з плином часу, але його прогресування відбувається повільно, зазвичай протягом багатьох років. Врешті-решт, деякі пацієнти можуть отримати певну інвалідизацію, що буде виражатися у труднощах при письмі, прийманні їжі, або навіть у соціальних контактах. Легкий тремор, зазвичай, не потребує лікування, а раннє лікування не зупиняє і не сповільнює природного перебігу хвороби. Починайте медикаментозне лікування тільки тоді, коли тремор викликає серйозні проблеми і впливає на вашу повсякденну діяльність.