

DID YOU KNOW?

Millions of Parkinson's patients suffering from poverty around the world

- Cannot afford to buy their medications
- Cannot afford to purchase a cane, walker, or a wheelchair
- Cannot obtain educational literature about Parkinson's in their language
- Are not able to afford consulting a neurologist and remain undiagnosed and untreated

OUR SERVICES

We provide unique services for Parkinson's patients including:

- Parkinson's medications to those patients who can't afford to buy them
- Canes, walkers & wheelchairs to prevent falls
- Parkinson's educational brochures in 15 languages
- Free electronic educational newsletter
- Free Parkinson's clinics
- Chapters of World Parkinson's Program & Parkinson's Education Clubs in various parts of the world

JOIN THE FIGHT AGAINST PARKINSON'S

TO DONATE, VISIT PDPROGRAM.ORG

اطلاعات این بروشور فقط برای هدف‌های آموزشی ساخته شده است، و جایگزین مشاوره دکتر متخصص شما نمی‌باشد.

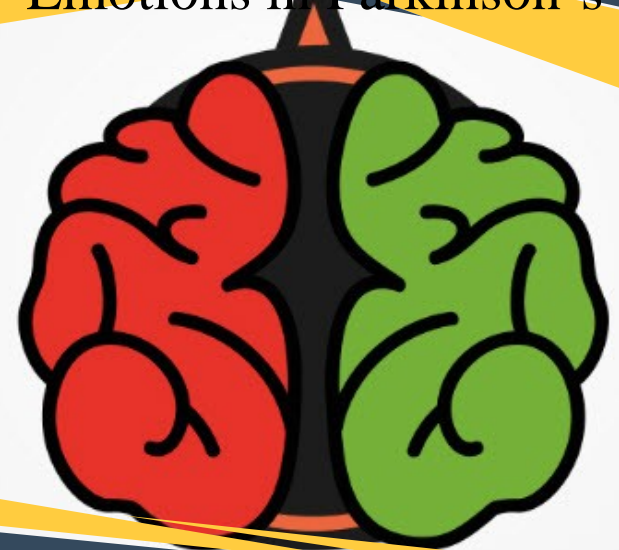
Acknowledgments: Dr. A. Q. RANA Neurologist (Canada)

سوالات متداول در مورد

بیماری پارکینسون

احساسات

Emotions in Parkinson's



PERSIAN - 11

* چکار می‌توانم بکنم تا با سردرگمی و توهم مقابله کنم؟

بعضی از داروهایی که برای درمانی پارکینسون استفاده میشوند ممکن است ایجاد توهم بکنند. بنابراین شما باید با پزشک خود مشورت کنید که ایشان ممکن است در درمان شما تغییراتی دهد که این عوارض را به حداقل برساند.

توهم بیشتر در شرایط و محیط ناآشنا اتفاق می‌افتند. اگر به تازگی دچار توهم شده‌اید باید تلاش کنید تا در اماکنی که با محیط خود آشنایی دارید بمانید. بعضی اوقات ممکن است سایه اجسام را به اشتباه چیز دیگری تصور کنید. چراغها را روشن نگاه دارید تا ایجاد سایه‌ها را به حداقل برسانید. آشامیدن کافی مایعات، رژیم غذایی مناسب و بهبود دادن خواب شب میتواند به شما کمک کنند.

اگر شما پرستار مریض هستید، باید توجه داشته باشید که این توهم برای بیمار بسیار واقعی به نظر میرسند. اگر بیمار با منطق متقاعد نشد، بهتر است تا وقتی که این توهم ناراحت کننده نیست، از مشاخره کردن دوری کنید؛ بنابراین بحث یا پافشاری نکنید. اگر بیمار منقلب و خشمگین شد، تقاضای کمک کنید و تا جایی که میتوانید جلوی خسارات جدی را بگیرید. اگر لازم بود، با پلیس ۹۱۱ تماس حاصل کنید.

* چه مشکلات عاطفی با بیماری پارکینسون مرتبط است؟

پارکینسون یک بیماری پیش رونده است و بعضی عوارض ممکن است روی احساسات شما تاثیر بگذارد. ممکن است احساس افسردگی و مشکلات حافظه و ادراک، سردرگمی و توهمات بکنید.

* آیا افسردگی در پارکینسون متداول است؟

افسردگی در بیمارانی که بیماری مزمن پارکینسون دارند متداول تر است. یک سوم تا نیمی از بیماران پارکینسون ممکن است احساس افسردگی در یک برهه از بیماری خود بکنند.

* نشانه‌های افسردگی چیست؟

نشانه‌های افسردگی ممکن است مورد توجه و درمان قرار نگیرند. باید به گروه پزشکی خود اطلاع دهید که احساس می‌کنید که از افسردگی رنج می‌برید. بعضی از نشانه‌های افسردگی، احساس ناراحتی، عدم علاقه، احساس بی‌هوودی و بی‌ارزشی، خستگی، کمبود انرژی، تغییر در اشتها و وزن و خواب هستند.

* دلیل افسردگی چیست؟

دلایل مختلفی ممکن است با افسردگی مرتبط باشند مثل سابقه خانوادگی در افسردگی، مسن

بودن، اتفاقات ناگوار در زندگی، و استرس. افسردگی معمولا گروه سنی بالاتر را تحت تاثیر قرار میدهد. این گروه ممکن است در مقابل افسردگی آسیب پذیر تر باشند به خاطر مسائلی مانند بازنشستگی و از دست دادن دوستان و آشنایان. از دست دادن بعضی هورمون‌ها در مغز مثل سروتونین و نوراپینفرین ممکن است در ایجاد افسردگی نقش داشته باشند.

* چطور با افسردگی مقابله کنیم؟

اگر دوران سختی را می‌گذرانید سعی کنید حد المعقول خود را از آن شرایط دور کنید. سعی کنید کارهایی که به آن علاقه دارید را انجام دهید و کارهایی که باعث میشوند احساس خوبی به خود پیدا کنید را افزایش دهید. اگر یک شرایط مزمن باعث استرس شما میشود، این موضوع را با دیگران در میان بگذارید، به خصوص باید تاثیر این شرایط را به روی خود به حداقل برسانید.

ورزش مداوم یک راه حل بسیار خوب برای مقابله با افسردگی است و به عوارض پارکینسون کمک می‌کند. از مصرف مواد الکلی و داروهایی که توسط پزشک تجویز نشده است خودداری کنید. درمان افسردگی معمولا طولانی مدت است. داروهای متعددی وجود دارد که میتواند برای درمان افسردگی استفاده شود. باید با پزشک معالج خود در این مورد مشورت کنید.