

### 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](http://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

رانندگی

Driving in Parkinson's



PERSIAN - 8

### \* یک مراقب چگونه میتواند کمک کند؟

یکی از مسؤلیت های مراقب این است که به دقت به رانندگی یک بیمار پارکینسون نظارت کند و به اشتباهات وی محترمانه تذکر دهد. ممکن است لازم باشد که مراقب بیمار پارکینسون را متقاعد کند که رانندگی وی خطرناک است. سنجش رانندگی و نظرخواهی از یک متخصص رانندگی میتواند کمک کند. همچنین، مراقب میتواند با پیشنهاد راه های جایگزین رانندگی به بیمار در تصمیمگیری کمک کند. این راهها میتواند شامل استفاده از وسایل نقلیه عمومی، تاکسی، یا خدمات شهری که در آن زندگی میکنند باشد. مراقب میتواند مسیر و برنامه وسایل نقلیه عمومی و شماره تماس تاکسی را در دسترس مریض قرار دهد. اگرچه هزینه تاکسی ممکن است سنگین به نظر بیاید، هزینه داشتن ماشین هم میتواند بسیار بالا باشد. وقتی هزینه این دو با هم مقایسه شود، هردو تقریباً به یک اندازه هزینه بردار هستند. به علاوه، دوستان و فامیل هم میتوانند با سواری دادن به بیمار کمک کنند.

### \* مسؤلیت شما چیست؟

رانندگی ممکن است قسمت مهمی از زندگی یک شخص باشد و دست برداشتن از این عادت دشوار باشد. ولی، ایمنی شما و همچنین ایمنی دیگران بسیار مهم است. اگر احساس میکنید رانندگی شما با استانداردهای ایمنی تطابق ندارد، باید با پزشک خود مشورت کنید.

### \* آیا پارکینسون بر روی توانایی شخص در رانندگی تاثیر میگذرد؟

علائم پارکینسون و عوارض جانبی داروهایی که برای درمان پارکینسون استفاده میشود میتواند روی توانایی شما در رانندگی تاثیر بگذرد. بیماران پارکینسون که معمولاً مسنتر هستند طبیعتاً با چالشهای رانندگی بیشتر روبرو میشوند. در یک تحقیق که در سال ۱۹۹۹ توسط \_\_\_ انجام شد معلوم شد که تصادفات رانندگی بیشترین دلیل مرگ افراد بین ۶۵-۷۴ ساله است؛ بین افراد ۷۵-۸۴ ساله تصادفات رانندگی دومین دلیل مرگ افراد است. مسلماً مبتلا بودن به بیماری پارکینسون ملزم به این نیست که نمیتوانید رانندگی کنید، ولی بیمارانی که پارکینسون پیشرفته دارند، در معرض خطر شدید تصادف کردن هستند. بنابراین اهمیت دارد که قضاوت کنید که آیا واجد شرایط رانندگی کردن هستید یا نه؟ رانندگی نا امن نه تنها خطری برای راننده بلکه برای دیگران نیز هست.

### \* چگونه پارکینسون بر روی مهارت شما در رانندگی تاثیر میگذرد؟

وقتی پارکینسون پیشرفت میکند ممکن است دچار پسرقت در مهارت های حرکتی و نشان دادن عکس العمل شوید. به دلیل پائین آمدن سرعت عکس العمل بیمار پارکینسون مدت بسیار طولانیتری لازم دارد تا عکس العمل نشان داده و اقدامات لازم را انجام دهد. همچنین دقت، توانایی پردازش اطلاعات، مهارت در بینایی فواصل (که در تمایز اجسام و تشخیص فاصلهها کمک میکند)، در بیماران مبتلا به پارکینسون کاهش مییابد. بنابراین یک شخص ممکن است با قضاوت درست درباره فاصله چراغ راهنمایی، نگاه داشتن خودرو در خط مناسب، چک کردن نقاط کور، رانندگی روان، هدایت کردن و به جلو راندن به موقع لازم، تغییر خطوط، و دور زدن، مشکل پیدا کنند. علاوه بر این،

حواس پرتی دلیل دیگریست که امکان تصادف را افزایش میدهد.

داروهایی که برای درمان پارکینسون استفاده میشوند، ممکن است عوارض جانبی، مانند خواب آلودگی ناگهانی، تاریبندی، سردرگمی، و سر گیجه داشته باشند، که این عوارض رانندگی را تحت تاثیر قرار میدهند.

### چه موقع باید از رانندگی دست بردارید؟

ارزیابی خویش و تصمیم گیری درباره اینکه آیا واجد شرایط رانندگی هستید یا نه کار دشواری است. بسیاری از افراد به رانندگی خود اطمینان بیش از حد دارند، و ممکن است متوجه عدم صلاحیت خود برای رانندگی نشوند. همچنین رانندگی نشانه‌ای از استقلال است که برای افراد ارزشمند است. شما باید با افراد خانواده و دوستان خود مشورت کرده و نظر آنها را در باره رانندگی خود جویا شوید؛ به نگرانی آنها گوش فرا داده و با جدیت این نگرانیها را ارزیابی کنید. از رانندگی در راههای پر ترافیک، در شب، و در شرایط آب و هوایی نامناسب خودداری کنید. اگر نزدیک به تصادف کردن بودید یا دیگر در حال رانندگی احساس اسودگی نمیکنید، باید دوره رانندگی دفاعی بگذرانید. همچنین میتوانید با آموزشگاه رانندگی تماس بگیرید و آزمون رانندگی داده تا توانایی رانندگی خود را بسنجید. برای امتحان غیر شهری برخی مراکز توان بخشی قدرت عکس العمل و حافظه شما را آزمایش میکنند تا تاثیر آن بر روی رانندگی شما را بسنجند. به علاوه اگر پارکینسون پیشرفت دارید باید رانندگی را کنار بگذارید. وقتی مقدار مصرف داروی پارکینسون شما زیاد میشود، یا داروی جدیدی را شروع میکنید در حین رانندگی بسیار محتاط باشید.