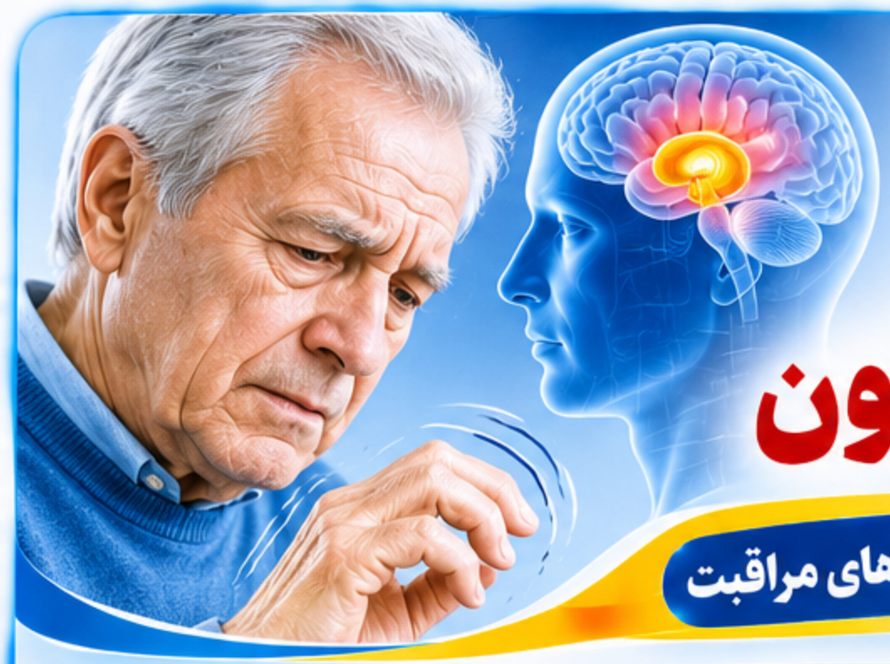


بیماری پارکینسون

آشنایی، علائم، و راه‌های مراقبت

پارکینسون چیست؟



پارکینسون یک بیماری عصبی تدریجی است که بر **حرکت** بدن تأثیر می‌گذارد و به دلیل کاهش ماده شیمیایی **دوپامین** در مغز ایجاد می‌شود.

علائم و نشانه‌ها



- لرزش دست‌ها و اندام‌ها (به‌ویژه در حالت استراحت)
- کندی حرکت و سفتی عضلات
- اختلال در تعادل و راه رفتن
- تغییر در صدا و نوشتار
- کاهش حالت چهره

عوامل خطر



- افزایش سن (بیشتر در بالای ۶۰ سال
- سابقه خانوادگی
- قرار گرفتن در معرض برخی سموم

روش‌های تشخیص



- معاینه بالینی توسط پزشک متخصص
- بررسی سابقه بیماری و علائم
- در صورت نیاز، آزمایش‌های تکمیلی (مانند تصویربرداری مغز)

درمان و مدیریت بیماری



- داروها: برای افزایش دوپامین در مغز
- فیزیوتراپی و کاردرمانی: برای بهبود حرکت
- گفتاردرمانی: در صورت مشکل در تکلم و بلع
- حمایت روانی و اجتماعی

نکات مهم در مراقبت روزانه



- فعالیت بدنی منظم مانند پیاده‌روی
- رژیم غذایی سالم و متعادل
- حمایت خانواده و محیط آرام
- پیشگیری از سقوط و آسیب

چه زمانی به پزشک مراجعه کنیم؟

- در صورت مشاهده علائم مشکوک، به‌ویژه لرزش مداوم دست
- تغییر در راه رفتن یا تعادل
- هرگونه نگرانی درباره حرکات یا حافظه

با آگاهی، زندگی بهتری داشته باشیم