

Всемирный день борьбы с болезнью Паркинсона.

Начиная с 2001 года по инициативе Всемирной организацией здравоохранения **11 апреля** ежегодно отмечается **Всемирный день борьбы с болезнью Паркинсона**. Дата выбрана не случайно: 11 апреля 1755 год родился Джеймс Паркинсон - английский врач и исследователь, описавший болезнь, которая сегодня носит его имя. Задачи этого дня: повышение осведомленности общественности о заболевании, объединение усилий для оказания всесторонней поддержки пациентам, их родным и близким, повышение уровня взаимодействия врачей и семей, в которых есть больные с данным заболеванием. В этот день по всему миру проходят различные образовательные и информационные мероприятия и кампании, вручаются специальные премии людям, приверженным идее улучшения качества жизни пациентов с болезнью Паркинсона.

Болезнь Паркинсона – это хроническое прогрессирующее заболевание центральной нервной системы, которое поражает преимущественно людей старшего возраста, оказывая серьезное негативное влияние на их жизнь, и часто приводит к инвалидности. У больных нарушается регуляция движений, появляется тремор (дрожь), общая скованность, увеличение мышечного тонуса, нарушение памяти, равновесия и походки. При прогрессировании заболевания и отсутствии современной терапии пациенты теряют трудоспособность, возможность выполнять повседневные домашние дела и ухаживать за собой.

Основные симптомы:

- Наклон головы вперед.
- Тремор головы.
- Неразборчивая речь.
- Проблемы глотания.
- Выражение лица как маска.
- Наклон корпуса, отсутствие баланса.
- Тремор рук.
- Потеря веса.
- Запор, недержание мочи.
- Затрудненность в движениях.
- Шаркающая походка, мелкие шаги.

Советы больным болезнью Паркинсона:

- Одежда должна быть простой и удобной.
- Используйте одежду на липучках.
- Одежду перед сном складывайте в том же порядке, в каком ее необходимо одевать.
- Обувь должна быть удобная.

- При одевании обуви используйте «язычок» на длинной ручке.

Утренний подъем:

- Утром не вставайте сразу с постели. На прикроватной тумбочке у вас с вечера должна быть приготовлена вода и утренние лекарства.

- Сядьте на кровати, свесив ноги вниз, опираясь руками о край. Выпейте лекарства.

- Оденьтесь. Пока вы одеваетесь лекарство начинает действовать, и вы можете встать.

- Установите ноги на ширину плеч, наклоните туловище вперед, обопритесь ладонями о колени и вставайте.

Выходите гулять как можно чаще.

Важную роль в жизни больных играет поддержка близких людей, которые в свою очередь, должны понимать основные аспекты заболевания, методы его контроля и профилактики обострений, особенности питания, сна, двигательной активности пациента с болезнью Паркинсона, оказывать ему психологическую поддержку, умение контролировать малейшие изменения в состоянии здоровья, строго соблюдать рекомендации лечащего врача, в том числе по приему назначенных лекарственных препаратов, а также понимать цель и план лечения. К сожалению, знания родственников о заболевании, потребностях пациентов с болезнью Паркинсона и способах их удовлетворения на сегодняшний день очень низкие.

ВРАЧ – ТЕРАПЕВТ

МЯЧИНА Т.М.