



## مرض الباركنسون " الشلل الرعاش "

### ما هو مرض باركنسون (الشلل الرعاش)

- مرض باركنسون (الشلل الرعاش) هو مرض عصبي مزمن، وهو من أنواع الاضطرابات الحركية.
- يرجع تسمية المرض بهذا الاسم إلى الطبيب الإنجليزي جيمس باركنسون James Parkinson والذي وصف المرض في نشرة طبية عام ١٨١٧ ميلادي.
- في عام ١٨٧٧ أطلق طبيب فرنسي اسم باركنسون على هذا المرض نسبة لجيمس باركنسون.

### أسباب مرض باركنسون

ينتج الشلل الرعاش عن فقد مادة الدوبامين في أعصاب النواة القاعدية في الدماغ، والتي تتحكم في تنظيم الجهاز الحركي وأجهزة أخرى من الجسم.

### أعراض مرض باركنسون:

- بطء في الحركة
- صعوبة في تغيير وضعية الجسم
- تيبس وقلة مرونة العضلات
- ظهور مشاكل في التوازن
- يكون كلام المريض على نفس الوتيرة وبشكل هادئ
- ارتعاش لا إرادي في أجزاء معينة من الجسم (رعاش)
- صعوبة في البلع
- بطء التفكير
- ضعف في حاسة الشم

## علاج مرض باركنسون:

- لا يوجد شفاء من داء باركنسون حتى الآن؛ ولكن تساعد الأدوية والعلاج الطبيعي على تحسين الوظائف الحركية و الحسيه للمريض.
- بعض الحالات تحتاج إلى جراحة دماغية للتقليل من شدة الأعراض الرئيسية والمحافظة على نوعية الحياة لأطول فترة ممكنة.

## أهمية تمارين العلاج الطبيعي لمرضى باركنسون

تكمُن أهمية التمارين العلاجية في:

- المحافظة على مرونة المفاصل.
- المحافظة على قوة العضلات.
- زيادة اللياقة لدى الحالات البسيطة الى متوسطة الأعراض من مرض الشلل الرعاش .
- التغلب على أعراض المرض كجمود اليدين وتحذب الكتفين، إضافة الى انحناء الظهر أثناء المشي.
- قد تساعد التمارين الوظيفية والشاملة التي نستخدمها في حياتنا اليومية في تحسن وضع المريض.

● يحتاج المريض أخذ استشارة الأخصائي المعالج للحصول على التمارين المناسبة والملائمة لوضعه الصحي. كما سيحتاج إلى زيارات دورية لتقييم حالته وتعديل مايلزم على برنامجه الرياضي.

● تساعد بعض الأجهزة مثل العكازات على اختلاف أنواعها والكراسي المتحركة على المساعدة في تنقل المريض بأقل مجهود وأكثر أمان.

● غالبا كل المرضى المصابين بالشلل الرعاشي يتم تحويلهم لأخصائي العلاج الطبيعي لتحديد نوع التمارين ومدى قدرة تحمل المريض.

## الوقت المثالي لممارسة التمارين العلاجية لمرضى باركنسون:

- ✓ عندما تكون حركة المريض في أفضل حالاتها يكون المريض مستعد لممارسة التمارين العلاجية، وغالبا تكون بعد ساعة من تناول أدوية الشلل الرعاش. عادة يختلف الوقت المناسب من مريض لآخر بحسب حالته الصحية واستجابته للأدوية.

## برنامج ال اس في تي بيق ( للتمارين العلاجية)

✓ برنامج ال اس في تي بيق ( للتمارين العلاجية) أو ما يعرف بـ Lee Silverman Treatment (LSVT BIG) سمي بذلك نسبة إلى لي سيلفرمان في عام 1987م.ملاذي.

✓ أثبتت الدراسات المنشورة بقدرة البرنامج على زيادة اعتماد المريض وأداء حركاته الوظيفية. وتستمر هذه التحسنات حتى سنتين بعد انتهاء العلاج. يقدم هذا البرنامج العلاجي عن طريق أخصائي معتمد.