

Parkinsons sjukdom

Parkinsons sjukdom är en neurologisk sjukdom vars orsak fortfarande är okänd. Sjukdomen är starkt åldersrelaterad; genomsnittsåldern för insjuknandet är ca 55 - 60 år. Cirka 15 000 - 20 000 personer i Sverige har sjukdomen. Sjukdomen uppkommer på grund av att produktionen av signalsubstansen Dopamin minskar. De första besvären är ofta otydliga i en arm eller ett ben, för att över tid bli mer tydliga. De vanligaste symtomen är att kroppen, oftast en hand, skakar i vila. Musklerna känns tröga, stela och rörelseförmågan försämras. Förutom symtomen från kroppen så kan sjukdomen innebära en kognitiv försämring med bland annat svårigheter att göra flera saker samtidigt och en ökad stresskänslighet. Sömnen kan försämras och man kan känna sig nedstämd, få ångest, smärta och bli mer trött. Även en svag röst är ett symptom som kan komma längre fram i sjukdomen.

Teamrehabilitering

På Närhälsans rehabmottagning kan du träffa olika yrkeskategorier som har olika kompetensområden. Arbetsterapeuter ser till personens totala livssituation och förmåga att klara sitt vardagsliv. Sjukgymnaster/fysioterapeuter kan bedöma kroppens rörelseförmåga samt ge träningsråd vid nedsatt balans och svårigheter att röra sig. Logoped ansvarar för problem kring tal, röst och sväljförmåga. Yrkeskategorierna samarbetar för att det skall bli en så god rehabilitering som möjligt.

Arbetsterapi

Det generella målet för arbetsterapeuter vid Parkinsons sjukdom är att främja dina möjligheter till aktivitet och delaktighet för att du ska kunna leva ett så gott liv som möjligt. Arbetsterapeuten utreder därför hur du klarar att vara aktiv i de aktiviteter som är viktiga och meningsfulla för dig.

Vid Parkinsons sjukdom kan arbetsterapeuten bland annat bidra med:

- Träning, tips och råd för att klara de vardagliga aktiviteterna
- Analysera handfunktionen, ge träningsråd och samtala kring hur du kan minska svårigheter att använda händerna
- Träna in och ge råd kring strategier som kan underlätta förflyttning
- Analysera kognitiv påverkan på din förmåga att vara aktiv och ge råd kring strategier för att främja dina möjligheter att vara aktiv och delaktig
- Samtala om eventuell trötthet och stresskänslighet för hur du kan hantera dina besvär så de påverkar din vardag i mindre omfattning



- Om det finns ökad fallrisk på grund av stelhet och svårigheter att röra sig, kan arbetsterapeuten ge råd kring anpassning av hemmet samt lära dig strategier för att minska fallrisken
- Bedömning av eventuella behov av hjälpmedel och bostadsanpassning.

Vad du själv kan göra

Genom regelbunden träning och att vara så aktiv som möjligt, bibehåller du dina funktioner längre tid. De flesta ökar sitt välbefinnande om de är med i sociala sammanhang och prioriterar aktiviteter som är roliga och meningsfulla. Neuroförbundet vänder sig till personer som lever med Parkinsons sjukdom och har ofta lokala verksamheter. Studier har visat att musik och dans kan förbättra balans, gång och livskvalitet vid Parkinsons sjukdom.

Förväntat resultat

Det finns i dag ingen behandling som botar sjukdomen men däremot kan dina symtom minska genom medicinsk behandling, träning och genom att du lär dig att hantera sjukdomen.