



Smärta vid Parkinsons sjukdom

Smärta och värk är mycket vanliga och ofta förbisedda symtom vid Parkinsons sjukdom. Värk/smärta kan orsakas av muskelstelhet, muskelspänningar och onormal kroppshållning, men även av påverkan på nerver (neuropatisk smärta), ofta i rygg, nacke, axlar och ben. Det finns också en typ av värk som är uppstår utan påverkan på muskler/leder/nerver och som tycks vara primärt Parkinsonorsakad. Man har även observerat att personer med Parkinsons sjukdom utvecklar en lägre smärtröskel, särskilt under stunder när man är underbehandlad.

Ju äldre man blir och ju längre man haft Parkinson desto vanligare är det att få problem med värk och smärta. En viktig fråga är om besvären lindras av levodopa eftersom glapp i medicineffekten ofta uppstår med tiden och kan minskas med läkemedelsoptimering. Vissa typer av värk är vanligare vid Parkinson. Exempel är skuldervärk (ofta tidigt symtom), värk i nacke/axlar i samband med lågt blodtryck (lindras av att sätta sig/lägga sig ned), ryggvärk eller brännande smärta i fötter.

Eftersom smärta är ett varningssymtom som kan orsakas av många saker är det viktigt att du **kontaktar vården (tex. Vårdcentralen) vid nyttillkommen värk/smärta som du inte känner igen.** Man kan till exempel behöva diagnostisera vanliga åtgärdbara orsaker som ledvärk på grund av artros.

Vad kan man göra själv?

Fundera på om det finns något återkommande mönster i din smärta. Är det relaterat till tid på dygnet eller till när du tar Parkinsonläkemedel? Är den förknippad med särskilda aktiviteter?

För rygg och ledvärk är fysisk aktivitet ofta en bra behandling. Kontakta fysioterapeut för bedömning och hjälp med träning.

Diskutera dina smärt/värkproblem med motoriksköterska eller Parkinsonläkare som kan hjälpa dig att optimera din Parkinsonbehandling.