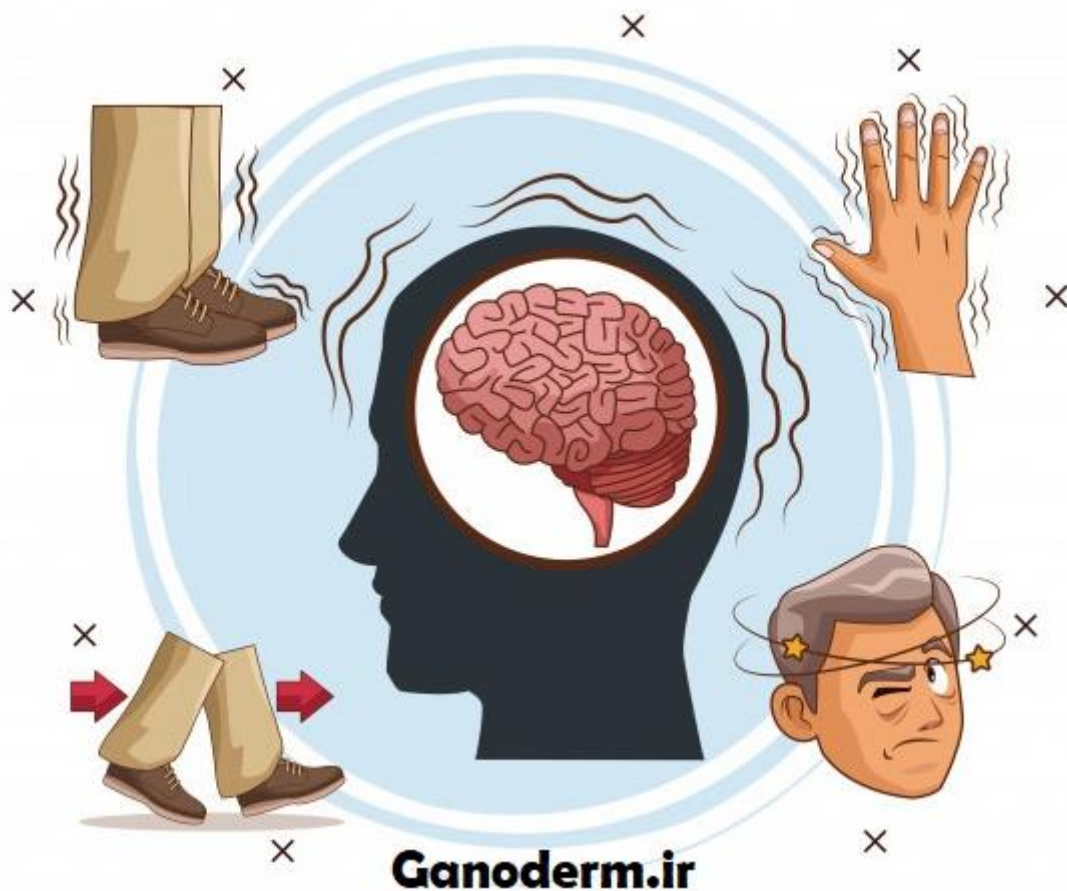


پارکینسون چیست ؟

پارکینسون همان لرزش در وضعیت استراحت است . و از شایع ترین بیماری های مخرب اعصاب به شمار می رود . نشانه های این بیماری معمولا در سنین پیری (۵۵ تا ۶۰ سالگی) پدیدار می شوند . اما احتمال بروز در افراد جوان تر نیز وجود دارد .

بطور کلی این بیماری بر اثر از بین رفتن سلول های ترشح کننده ماده ای به نام دوپامین (که یک انتقال دهنده عصبی) است رخ می دهد .

با از بین رفتن سلول هایی که وظیفه ی ترشح دوپامین را به عهده دارند مغز پیام های لازم که شامل زمان حرکت و چگونگی حرکت میشود را دریافت نمی کند و همین مسئله موجب از بین رفتن تدریجی کنترل عضلات شده و سبب می شود نوشتن ، حرف زدن ، لباس پوشیدن ، کارکردن و حتی پلک زدن به کندی انجام گیرد .



علائم بیماری پارکینسون

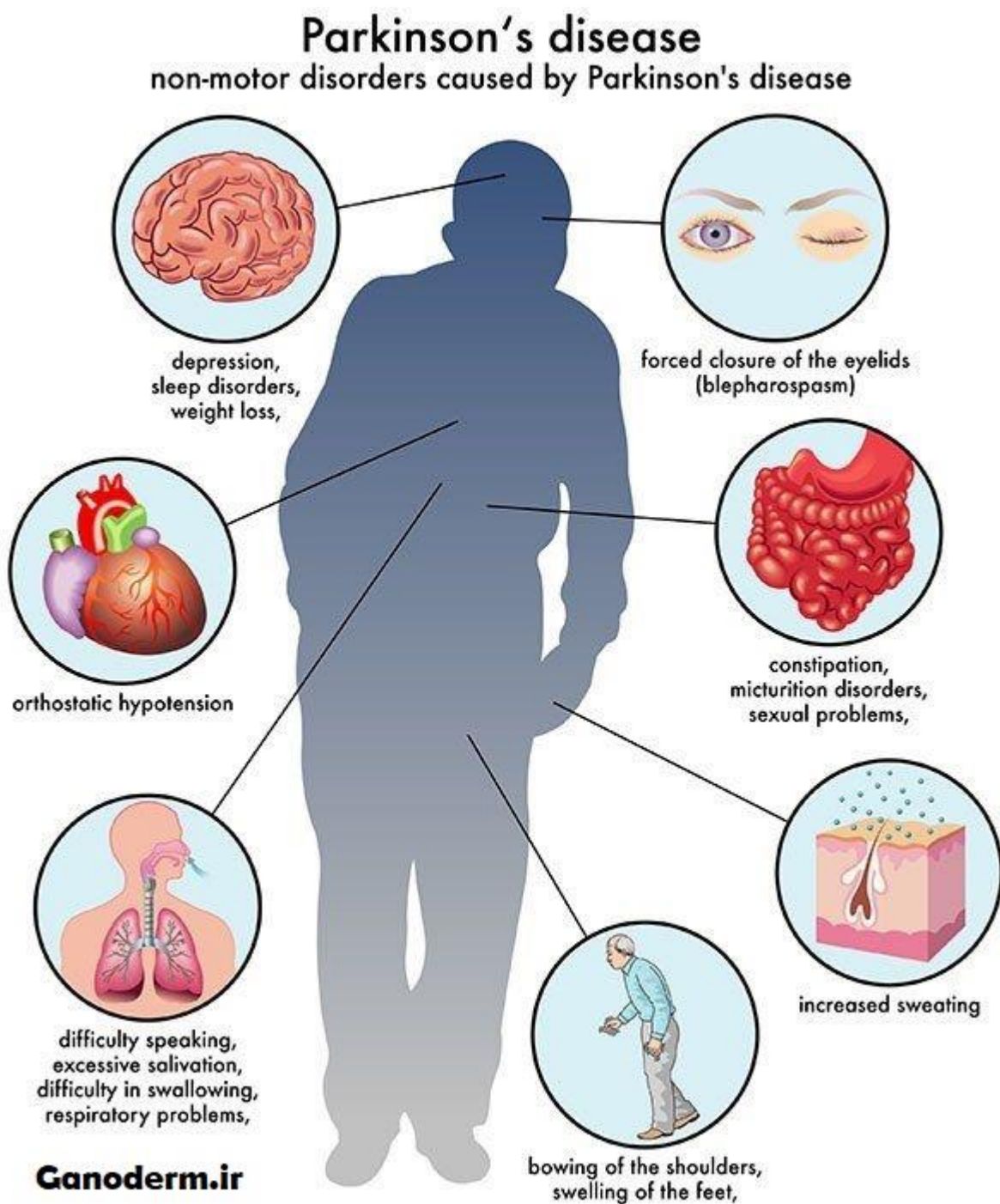
پارکینسون بر اساس چهار علامت اصلی بیماری مشخص می‌شود. این علامت‌ها شامل موارد زیر می‌شود:

تغییرات در راه رفتن : یکی از علائم اولیه این است که در هنگام راه رفتن، حرکت آزادانه‌ی بازوها متوقف و قدم‌ها کوتاه‌تر و راه رفتن دچار نوسان می‌شود.

کُندشدن حرکات : از آنجایی که طی بیماری پارکینسون ارسال پیام به‌وسیله‌ی مغز به قسمت‌های مختلف بدن تضعیف می‌شود ، کارهایی نظیر راه رفتن و بلندشدن از رختخواب و حتی صحبت کردن دشوارتر و کندتر می‌شوند.

سفت‌شدن عضلات : اکثر افراد مبتلا به پارکینسون در برخی از اندام‌های خود دچار سفتی می‌شوند که حرکت دادن قسمت‌هایی از بدن را دشوار میکند.

لرزش : این لرزش‌ها بدون کنترل هستند و معمولاً از دست‌ها و بازوها آغاز می‌شود؛ هرچند ممکن است لرزش در فک و پاها نیز مشاهده شود. فرد مبتلا به پارکینسون به‌ویژه در هنگام استراحت یا احساس اضطراب، انگشت‌های شست و سبابه‌ی خود را به‌هم می‌مالد. در آغاز لرزه‌ها ، تنها در یک طرف بدن مشاهده می‌شوند. اما بیماری پارکینسون یک اختلال مغزی پیشرونده است یعنی تغییرات داخل مغز در طول زمان ادامه پیدا می‌کند و با گذشت زمان، این لرزش‌ها ممکن است به بخش‌های دیگر بدن نیز سرایت کند؛ هرچند همه‌ی افراد لرزش را ندارند.



دیگر علائم بیماری پارکینسون

همانطور که اشاره شد بیماری پارکینسون یک اختلال مغزی پیشرونده است و علائم آن با گذشت زمان بدتر می‌شوند.

فرد مبتلا به پارکینسون ممکن است در طول بیماری علائم مختلفی را تجربه کند اما این علائم عام نیستند و حتی علت

این علائم ممکن است چیز دیگری باشد. اگر تغییراتی در خود مشاهده می کنید، لازم است به پزشک متخصص مراجعه کنید.

این علائم عبارتند از:

مشکلات در تعادل

احساس سبکی در سر یا غش کردن در هنگام ایستادن

خمیدگی به سمت جلو یا عقب که موجب افتادن بیمار می شود

مشکلات پوستی مانند شوره

مشکلات دفع ادرار و مدفوع

قامت خمیده به صورتی که سر به جلو خم می شود و شانه ها حالت افتادگی پیدا می کنند

مشکلات حافظه

لرزش سر

مشکلات دفع ادرار و مدفوع

تراوش بزاق از دهان

خستگی

دشواری در عمل جویدن و بلع

مشکلات نعوظ یا ارگاسم

احساس سبکی در سر یا غش کردن در هنگام ایستادن

زوال عقل یا مشکلات تفکر و استدلال

ترس و اضطراب

گیجی

مشکلات نعوظ یا ارگاسم

از دست دادن بویایی

تعریق بیش از حد

علت بیماری پارکینسون

حرکات بدن را بخشی از مغز تنظیم می کند که Basal Ganglia نامیده می شوند. سلول های این بخش به وجود تعادل مناسبی از دو ماده : دوپامین و استیل کولین نیاز دارند که هر دو در انتقال ایمپالس های عصبی نقش دارند در بیماری پارکینسون، سلول های تولید شده ی دوپامین تخریب می شوند و تعادل بین این دو ناقل عصبی به هم می خورد . دلیل یا دلایل اصلی این اتفاق هنوز ناشناخته است اما در سال های اخیر تحقیقات مختلف نشان داده که فاکتور هایی از جمله ژنتیک، عوامل محیطی و عادات تغذیه ای در بروز بیماری پارکینسون نقش دارند .در مجموع لازم است تحقیقات زیادی برای شناسایی فاکتورهای قطعی تاثیرگذار بر ابتلا به بیماری پارکینسون انجام شود.

بهبود و درمان پارکینسون با گانودرما

باتوجه به ترکیبات ارزشمند گانودرما ، امروزه گانودرما در تمام دنیا از جمله ایران در کانون توجه قرار گرفته و از آن برای مصارف گوناگون و متعدد استفاده میشود.

طبق آخرین تحقیقات ، گانودرما در درمان ، بهبود و پیشگیری بیش از ۳۰ بیماری مختلف ، از جمله پارکینسون موثر بوده .

همانطور که اشاره شد ، بیماری پارکینسون (PD) یک بیماری رایج تخریب سلولی است، که با پیشروی آن بیماران غالباً شاهد علائم غیر حرکتی مانند اضطراب، افسردگی، یبوست و زوال عقل خواهند بود. بااینکه داروهایی برای کاهش این علائم وجود دارد اما استفاده از آنها در طول دوره طولانی ، در کند شدن روند پیشروی بیماری، تاثیرگذار نبوده و با عوارض جانبی همراه است. به همین دلیل ، یافتن روش های درمانی محافظ عصبی با هدف کند یا حتی متوقف ساختن روند تخریب سلولی مورد توجه قرار گرفته است.

نقش گانودرما روی بیماری پارکینسون

تحقیقات نشان داده که ترکیبات ارزشمند موجود در فانچ گانودرما لوسیدیوم، دارای کنش های داروشناختی گسترده ای از جمله ایجاد تعدیل در سیستم ایمنی هستند، این ترکیبات همچنین می توانند التهاب و رادیکال های آزاد را از بین ببرند و تولید انرژی میتوکوندری را افزایش دهند. همچنین این ترکیبات بعد از ایسکمی مغزی مانع از تخریب نورون ها می شوند. بنابر این به شکل خلاصه می توان گفت: گانودرما به دلیل دارا بودن خواص ضدالتهابی و تعدیل کننده سیستم ایمنی بدن باعث تاثیرات محافظت نورونی و در نتیجه کنترل آن می شود.

مواد غذایی مفید برای مبتلایان به پارکینسون

توصیه می شود بیمار برای درمان پارکینسون در کنار مصرف گانودرما (به شکل چای یا دمنوش گانودرما) از گروه ویتامین های B مانند B1، C، E، B2، B6، B12 و مواد معدنی مانند کلسیم، منگنز و مصرف همزمان سلنیوم و روی استفاده کند چرا که به درمان پارکینسون کمک شایانی می کنند. بنابر این بیمار بهتر است مصرف میوه ها و سبزیجات سرشار از فیبر، حبوبات مانند نخود و لوبیا، غلات مانند جوانه گندم و جو، ماهی، مرغ و لبنیات همراه با مصلحات آنها مانند پونه کوهی، شوید، زیره سبز و گل سرخ را در برنامه غذایی روزانه خود قرار دهد. همچنین مصرف گوشت قرمز بدون چربی به مقدار کم برای مبتلایان به پارکینسون مفید است، افراد دچار بیماری پارکینسون باید روزانه ۶ لیوان آب بنوشند؛ مصرف انجیر و آلو خشک خیس شده هم نقش موثری در بهبود پارکینسون دارند.