

أسئلة متكررة عن

مرض شلل الرعاش (باركنسون) والقيادة

الدكتور عبد القيوم رانا

استشاري أمراض المخ والأعصاب (نيورولوجست)

تورنتو- كندا

رئيس البرنامج العالمي عن التعليم حول مرض شلل الرعاش
(باركنسون).



8

النسخة العربية

"من يحارب شلل الرعاش (باركنسون) بالعلم دائماً يعثر

على وسائل"

- الدكتور عبد القيوم رانا

الدكتور عبد القيوم رانا
عيادة باركنسون تورونتو الشرقية
تورنتو- كندا

www.parkinsonseducation.org

الهاتف:

416-724-9850

الفاكس:

416-724-1985

كامل الحقوق محفوظة. نشجع إعادة إنتاج هذه المعلومات فقط
لأسباب تعليمية. غير مسموح بإجراء أي تغييرات للمحتويات
المكتوبة في هذه الوثيقة ولا لمعلومات الكاتب.

هذه المعلومات فقط للعلم وليست للعلاج ونحن غير مسؤولين عن
أي ضرر ناتج عن استخدام هذه المعلومات للعلاج.

شكر وتقدير للدكتور/بندر بن حمدان الشمري
شكر وتقدير للأخت الأستاذة: زينب الشريف

Abdul Qayyum Rana, MD, FRCPC

World Parkinson's Education Program

Parkinson's Clinic of Eastern Toronto

& Movement Disorders Center

404-2863 Ellesmere Rd, Toronto, Ontario, Canada
M1E5E9

PH: 416-724-9850

www.parkinsonseducation.org

الدكتور عبد القيوم رانا

الدكتور عبد القيوم رانا هو طبيب استشاري أمراض المخ
والأعصاب (نيورولوجست) متخصص في مرض شلل
الرعاش (باركنسون) واضطرابات الحركة. وهو حالياً مدير
عيادة مرض شلل الرعاش (باركنسون) و مركز اضطرابات
الحركة في الشرقية تورونتو - تورنتو ، كندا -

الدكتور عبد القيوم رانا هو معروف جيداً لجهوده في تعزيز
وعي الجمهور حول مرض شلل الرعاش (باركنسون)
واضطرابات الحركة.

الدكتور عبد القيوم رانا هو أيضاً رئيس البرنامج العالمي عن
التعليم حول مرض شلل الرعاش (باركنسون).

كتب الدكتور عبد القيوم رانا أسئلة وأجوبة حول مرض شلل
الرعاش (باركنسون) في سلسلة مكونة من ثلاثة عشر كتيب
مختلفة حول جوانب مختلفة من مرض شلل الرعاش
(باركنسون). وترجمت إلى لغات عديدة ، وتستخدم في
مختلف البلدان في جميع أنحاء العالم.

الدكتور عبد القيوم رانا كتب العديد من المؤلفات حول
جوانب مختلفة من مرض شلل الرعاش
(باركنسون) واضطرابات الحركة.

www.youtube.com/user/AbdulQayyumRana

كيف يمكن الشخص المعنتي بالمرضى أن يساعده في عملية القيادة؟

أحد مسؤوليات الشخص المعنتي بالمرضى هي مراقبة قيادة الشخص المصاب بشلل الرعاش (باركنسون) بعناية والإشارة للأخطاء في القيادة بطريقة مهذبة تناسب نفسية المريض.

قد يحتاج الشخص المعنتي بالمرضى أن يقنع المصاب بشلل الرعاش (باركنسون) بأن القيادة ليست آمنة. اختبار للقيادة أو التدخل من محترف في القيادة قد تساعد أيضاً. الشخص المعنتي بالمرضى يمكن أيضاً أن يوفر خيارات بديلة لقيادة السيارات التي قد تساعد المريض على أن يقرر التخلي عن القيادة. هذه الخيارات يمكن أن تتراوح بين استخدام نظام النقل العام المحلي، وذلك باستخدام سيارات الأجرة أو الخدمات التي يمكن أن توفرها المدينة. على الرغم من أن سيارات الأجرة قد تبدو باهظة الثمن فتكاليف امتلاك سيارة مرتفعة جداً أيضاً، وعندما تقارن الاثنين، تلاحظ تقارب تكاليفهما. العائلة والأصدقاء يمكن أن يساعدوا بتقديم استعدادهم للركوب معهم. ويمكن للشخص المعنتي بالمرضى أيضاً أن يشير إلى طرق الحافلات وملاحظة أرقام الهواتف لسيارات الأجرة.

ما هي مسؤوليتك؟

القيادة هي جزء كبير من حياة العديد من الأفراد، وقد يكون من الصعب التخلي عنها، ومع ذلك فسلامتك وسلامة من حولك في الطريق في غاية الأهمية. إذا كنت تشعر بأن قدرتك في القيادة ليست مطابقة لمعايير السلامة يجب استشارة طبيبك.

الدكتور عبد القيوم رانا

عيادة باركنسون تورونتو الشرفية- ترونوتو- كندا

الأدوية المستخدمة لعلاج شلل الرعاش (باركنسون) قد تسبب آثار جانبية مثل الرؤية غير الواضحة والنوم المفاجئ والدوار أو عدم التركيز والارتباك، وبالتالي تؤثر على مهاراتك في القيادة.

متى يجب عليك التوقف عن القيادة؟

من الصعب أن تقيّم نفسك وتقرر ما إن كنت قادر على القيادة إن كثيراً من الناس واثقون جداً من قدراتهم في القيادة وربما لا يدركون أنهم غير مؤهلين للقيادة. والقيادة هي دليل على الاستقلال، وهذا شيء عزيز ومرغوب عند الكثير من المصابين بشلل الرعاش (باركنسون).

يجب عليك التحدث مع أفراد عائلتك وأصدقائك، وسؤالهم عن مهاراتك في القيادة. استمع إلى نصائحهم عن مدى خطورتها. يجب عليك تجنب ازدحام الطرق، وعدم القيادة ليلاً وخلال الأحوال الجوية السيئة.

إذا كنت قد تجنبت حادثاً بمسافة قليلة أثناء القيادة، أو إذا كنت لا تشعر بالراحة الآن أثناء قيادة السيارة، يجب عليك الاتصال بمركز القيادة المحلي واختبار نفسك لترى إذا كنت قادراً على الاستمرار في القيادة أم لا. وبطبيعة الحال، قد تلغى رخصتك إذا لم تجتز الامتحان. بعض المدارس قد تجري لك امتحانات تدريجية لتظهر لك إذا كنت ستنجح في الاختبار الحقيقي أم لا. بعض مراكز التأهيل تمتحن رد فعلك وتؤدي اختبارات الذاكرة لترى كيف ستؤثر على قيادتك. وبالإضافة إلى ذلك، إذا كان شلل الرعاش (باركنسون) لديك متقدماً يجب أن تنظر بجدية في التخلي عن قيادة السيارات. فمن الأفضل أن تكون أكثر حذراً عند زيادة جرعة الأدوية ضد شلل الرعاش (باركنسون) أو إذا بدأت باستخدام دواء جديد.

هل يؤثر شلل الرعاش (باركنسون) في قدرتك على القيادة؟

أعراض شلل الرعاش (باركنسون) والآثار الجانبية للأدوية اللازمة يمكن أن تؤثر على قدرتك على القيادة. عمرك يؤدي دوراً أيضاً حيث إن شلل الرعاش (باركنسون) أكثر شيوعاً بين المسنين. في دراسة أجريت في عام 1999م من قبل المركز الوطني لمنع الإصابات ومكافحتها، تبين أن إصابات حوادث السيارة هي السبب الأكثر شيوعاً لوفيات الفئة العمرية من 65 -- 74. أما لأولئك الذين تتراوح أعمارهم بين 75 -- 84، فهي ثاني أكبر سبب يؤدي إلى الوفاة بعد السقوط.

وبطبيعة الحال، فالإصابة بشلل الرعاش (باركنسون) لا تعني بالضرورة أنك لن تكون قادراً على القيادة. مع ذلك، فوأنك الذين إصابتهم بشلل الرعاش (باركنسون) أكثر شدة هم أكثر عرضة للخطر نتيجة تعرضهم لحوادث السير؛ لذلك من المهم أن تعرف ما إذا كانت حالتك جيدة بما فيه الكفاية كي تقود السيارة. أن السائق غير المتمكن لا يشكل خطراً على نفسه فحسب، ولكن أيضاً على الآخرين.

كيف يؤثر شلل الرعاش (باركنسون) على مهاراتك في القيادة؟

كلما تقدم شلل الرعاش (باركنسون) قد تشهد انخفاضاً في المهارات الحركية وردود الفعل. نظراً لبطء رد الفعل فالوقت المستغرق للرد على الوضع واتخاذ ما يلزم من الخطوات أطول للشخص المصاب بشلل الرعاش (باركنسون). وكذلك، فشلل الرعاش (باركنسون) يقلل الاهتمام ومعالجة المعلومات ومهارات مقارنة الفضاء بالبصر التي تساعد في التمييز بين الأشكال وتحديد المسافات؛ لذلك، قد يكون الشخص غير قادر على تحديد مسافة إشارة المرور بدقة. قد يجد صعوبة في وضع السيارة في الموقف الصحيح. وقد يجد صعوبة في المحافظة على سيره في الممر المحدد، والتحقق من المنطقة العمياء، والتعامل مع السيارة بسلاسة، وتوجيهها، والسير إلى الأمام عند الحاجة، وتغيير المسارات والدوران. بالإضافة إلى ذلك، قد يكون الشخص أكثر عرضة للأخطاء إذا ما تصرف أثناء القيادة.