

## Πως μπορεί να βοηθήσει ο φροντιστής;

Μια ευθύνη του φροντιστή είναι να παρατηρεί την οδήγηση του ατόμου με νόσο Πάρκινσον προσεκτικά και να επισημαίνει τα λάθη με σεβασμό.

Ο φροντιστής, ίσως χρειαστεί να τον/την πείσει, ότι η οδήγησή του/της δεν είναι ασφαλής. Ένα τεστ οδήγησης ή η συμβολή ενός επαγγελματία μπορεί να βοηθήσει. Ο φροντιστής θα πρέπει να δώσει εναλλακτικές στην οδήγηση επιλογές, ώστε να βοηθήσει τον ασθενή με Πάρκινσον να αποφασίσει. Αυτές οι επιλογές μπορεί να ποικίλλουν, από τη χρήση των μέσων μαζικής μεταφοράς, τη χρήση ταξί ή τις υπηρεσίες, που μπορεί να προσφέρει η πόλη. Παρότι το ταξί μπορεί να δείχνει ακριβό, το κόστος της διατήρησης αυτοκινήτου είναι, επίσης, υψηλό. Όταν το κόστος για τα δύο αυτά συγκρίνεται, φαίνεται πολύ κοντινό. Η οικογένεια και οι φίλοι μπορούν να βοηθήσουν στις μεταφορές. Ο φροντιστής μπορεί να περιγράψει τις διαδρομές με το λεωφορείο ή να σημειώσει τηλέφωνα για ταξί.

## Ποια είναι η ευθύνη σας;

Η οδήγηση μπορεί να είναι σημαντικό κομμάτι της ζωής ενός ατόμου και ίσως είναι σκληρό να παραδώσεις τα κλειδιά. Ωστόσο, η ασφάλειά σας, όπως και η ασφάλεια των άλλων στον δρόμο είναι

Οι πληροφορίες αυτές δεν υποκαθιστούν την ιατρική φροντίδα και συμβουλές από τον γιατρό σας.

Copyrights © 2014 World Parkinson's Program

Η αντιγραφή ενθαρρύνεται για εκπαιδευτικούς σκοπούς. Δεν επιτρέπεται να γίνονται αλλαγές στο γραπτό περιεχόμενο του παρόντος εγγράφου και τις πληροφορίες του συγγραφέα

Dr. Abdul Qayyum Rana, MD,  
FRCPC, FRCP (HON-UK)  
Neurologist  
Toronto, Canada

World Parkinson's Program  
Toronto, Canada



[www.pdprogram.org](http://www.pdprogram.org)

Συνήθεις ερωτήσεις για την:

---

**ΝΟΣΟ ΤΟΥ PARKINSON**

**ΚΑΙ ΤΗΝ ΟΔΗΓΗΣΗ**

---

Παγκόσμιο Πρόγραμμα Εκπαίδευσης

DRIVING & Parkinson's

**Dr. Abdul Qayyum Rana**  
Neurologist  
**8**

**Ελληνικά – Greek**

Translation – Μετάφραση

Dr Theodora Gioltzoglou, Neurologist

Dr. Θεοδώρα Γιολτζόγλου, Νευρολόγος

**World Parkinson's Program**  
Toronto, Canada



[www.pdprogram.org](http://www.pdprogram.org)

*“Those who fight Parkinson's with knowledge  
always find solutions” Dr. Rana*

πολύ σημαντική. Αν αισθάνεστε ότι η οδήγησή σας δεν αγγίζει τα πρότυπα, θα πρέπει να συμβουλευτείτε το γιατρό σας.

### **Επηρεάζει το Πάρκινσον την ικανότητά σας να οδηγείτε;**

Τα συμπτώματα της νόσου του Πάρκινσον και οι ανεπιθύμητες ενέργειες των φαρμάκων, μπορούν να επηρεάσουν την ικανότητα οδήγησης. Η ηλικία σας παίζει, επίσης ένα ρόλο, αφού η νόσος είναι συχνότερη στους ηλικιωμένους. Σε μια μελέτη του 1999 από το Εθνικό Κέντρο Πρόληψης και Ελέγχου Ατυχημάτων, βρέθηκε ότι τα ατυχήματα από οχήματα ήταν η πιο συχνή αιτία θανάτου σχετιζόμενου με τραυματισμούς στην ηλικιακή ομάδα 65-74. Γι την ομάδα 75-84, ήταν η δεύτερη αιτία, μετά τις πτώσεις.

Φυσικά, το να έχει κανείς Πάρκινσον, δεν σημαίνει ότι δεν είναι ικανός να οδηγήσει. Ωστόσο, οι ασθενείς με σχετικά σοβαρή νόσο, είναι σε μεγαλύτερο κίνδυνο να εμπλακούν σε τροχαίο ατύχημα. Επομένως, είναι σημαντικό να κρίνετε τον εαυτό σας, αν είστε ή όχι σε θέση να οδηγείτε. Ο επικίνδυνος οδηγός στο δρόμο δεν είναι μόνο επικίνδυνος για τον εαυτό του, αλλά και για τους άλλους.

### **Πώς επηρεάζει το Πάρκινσον τις δεξιότητές σας στην οδήγηση;**

Όσο η νόσος του Πάρκινσον προχωρά, μπορεί να βιώσετε έκπτωση στις κινητικές δεξιότητες και τον

χρόνο αντίδρασης. Λόγω της επιβράδυνσης του χρόνου αντίδρασης, μπορεί να πάρει περισσότερο χρόνο σε έναν ασθενή με Πάρκινσον να αντιδράσει σε μια κατάσταση και να κάνει την απαραίτητη κίνηση. Η προσοχή, η επεξεργασία των πληροφοριών και οι οπτικοχωρικές ικανότητες, που βοηθούν να διακρίνουμε τα σχήματα και να υπολογίζουμε αποστάσεις, επίσης εκπίπτουν στην νόσο του Πάρκινσον. Έτσι, ένας ασθενής μπορεί να έχει δυσκολία να κρίνει σωστά πόσο μακριά είναι ένας φωτεινός σηματοδότης, να κρατήσει το αυτοκίνητο στη λωρίδα του, να ελέγξει ένα σημείο στο οπτικό του πεδίο, να χειριστεί το αυτοκίνητο ομαλά, να το κατευθύνει, να προχωρήσει εμπρός όταν χρειάζεται, να αλλάξει λωρίδα και να κάνει στροφές. Επιπλέον, μπορεί να είναι πιο επιρρεπής σε λάθη, αν αποσπασθεί η προσοχή του, ενώ οδηγά.

Τα φάρμακα, που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση της νόσου του Πάρκινσον, μπορούν να προκαλέσουν ανεπιθύμητες ενέργειες όπως αιφνίδια επέλευση του ύπνου, θολή όραση, υπνηλία, σύγχυση και ζάλη, επηρεάζοντας έτσι τις δεξιότητές σας στην οδήγηση.

### **Πότε πρέπει να σταματήσετε να οδηγείτε;**

Είναι δύσκολο να κάνετε έναν αυτοέλεγχο και να αποφασίσετε αν είστε ή όχι σε θέση να οδηγείτε. Πολλοί άνθρωποι έχουν υπερβολική αυτοπεποίθηση ως προς την ικανότητα οδήγησής τους και δεν αναγνωρίζουν ότι δεν είναι σε θέση

να οδηγούν. Η οδήγηση είναι, επίσης, ένα σημάδι ανεξαρτησίας, που οι άνθρωποι λατρεύουν.

Θα πρέπει να μιλήσετε με τα μέλη της οικογένειάς σας και φίλους και να τους ρωτήσετε για τις οδηγητικές σας ικανότητες. Ακούστε τις ανησυχίες τους και αποφασίστε πόσο σημαντικές είναι. Θα πρέπει να αποφεύγετε δρόμους με πολύ κίνηση, οδήγηση τη νύχτα και κακοκαιρία, πάντα.

Αν είχατε ένα παραλίγο ατύχημα καθώς οδηγούσατε ή αν δεν νιώθετε άνετα με την οδήγηση πια, θα πρέπει να σκεφτείτε να κάνετε ειδικά μαθήματα Αμυντικής Οδήγησης. Θα πρέπει να επικοινωνήσετε με το τοπικό κέντρο οδήγησης και να δώσετε εξετάσεις οδήγησης, για να δείτε αν πρέπει ή όχι να βγαίνετε στο δρόμο. Φυσικά, αν αποτύχετε, θα χάσετε την άδεια οδήγησής σας. Κάποιες σχολές οδήγησης, μπορεί να κάνουν εικονικές εξετάσεις οδήγησης, ώστε να μάθετε αν θα περνούσατε στις αληθινές εξετάσεις ή όχι. Για μια εκτίμηση εκτός δρόμου, κάποια κέντρα αποκατάστασης εξετάζουν τους χρόνους αντίδρασής σας και κάνουν δοκιμασίες μνήμης για να δουν πως αυτά θα επηρέαζαν την οδήγησή σας. Επιπλέον, αν έχετε προχωρημένη νόσο του Πάρκινσον, θα πρέπει να σκεφτείτε να παραιτηθείτε από την οδήγηση. Είναι καλύτερο να είστε παραπάνω προσεκτικός, όταν προχωράτε σε μεγαλύτερες δόσεις αντιπαρκινσονικών φαρμάκων ή όταν ξεκινάτε με ένα καινούριο φάρμακο.