هوالشافی

﴾1﴿

آپکے سوالات اور ہمارے جوابات

# پارکنسن کے مرض کا تعارف

Parkinson's disease Introduction

(اردو)-Urdu


Dr. Abdul Qayyum Rana

Neurologist

پروفیسر ڈاکٹر عبدالقیوم رانا

ایم ڈی (امریکہ) ایف آر سی پی سی (کینیڈا) ایف آر سی پی اعزازی (برطانیہ)

نیورالوجسٹ

ورلڈ پارکنسنز پروگرام، ٹورانٹو، کینیڈا

www.pdprogram.org

World Parkinson's Program

Toronto, Canada


(Benztropine) شامل ہیں۔

**7۔ سی او ایم ٹی انہیبٹر میں اینٹیکاپون شامل ہے۔** اینٹیکاپون صرف لیوڈوپا کے ساتھ ملا کر ہی لے سکتے ہیں۔

**میں اپنے علاج کو مزید مفید بنانے میں کیسے مددگار ہو سکتا ہوں؟**

☆ اپنی بیماری کے متعلق مکمل اور صحیح معلومات ہونا آپ کے لیے ضروری ہے۔

☆ اپنے نیوروفزیشن کو باقاعدگی سے دکھاتے رہنا

☆ اپنی علامات پر کڑی نظر رکھنا تبدیلی کی صورت میں فوراً ڈاکٹر سے رجوع کرنا۔ اس سے آپکے علاج میں ترمیم کی جاسکتی ہے۔

☆ ہر مریض کے علاج کی نوعیت مختلف ہوتی ہے۔

☆ صحت افزا غذا اور ورزش کا باقاعدگی سے اہتمام بہت ضروری ہے۔

☆ ورزش جس میں چلنا بھی شامل ہے باقاعدگی سے کرنا بہت مفید ہے۔

☆ فزیوتھراپسٹ آپ کیلئے موزوں ورزش تجویز کر سکتے ہیں۔

☆ زیادہ سے زیادہ پانی سبزیوں اور پھلوں کے استعمال سے قبض میں افاقہ ہوتا ہے۔

☆ پارکنسنز سوسائٹی کے مقامی اجلاس اور سپورٹ گروپس میں شامل ہونے سے آپ کی معلومات میں اضافہ ہوتا ہے۔ یہ سپورٹ گروپ باقاعدگی سے اجلاس منعقد کرتے ہیں اور مختلف ورزشیں بھی متعارف کرواتے ہیں۔

**کیا اس کے علاوہ بھی کچھ اور مفید معلومات مل سکتی ہیں؟**

جی ہاں!

پارکنسن کی بیماری انسان کو معذور بنا دیتی ہے مگر آپ اپنے آپکو فعال بنا کر اپنی صلاحیتوں کو کافی عرصہ تک برقرار رکھ سکتے ہیں۔

پارکنسن کا مرض ایک اعصابی مرض ہے۔ جس کا علاج اعصابی امراض کے ماہر نیوروفزیشن کرتے ہیں۔

یہ ایک ایسی بیماری ہے جس کا علاج ادویات اور مثبت رویے سے ممکن ہے ذہنی دباؤ (ڈپریشن) بھی اس کی علامات میں شامل ہے۔ اس لیے اگر آپ ڈپریشن محسوس کریں تو فوری اپنے ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

مندرجہ بالا تجاویز معلومات عامہ کے لیے فراہم کی جاتی ہیں ان پر عمل کرنے سے پہلے اپنے معالج سے مشورہ ضرور کریں۔ جملہ حقوق طباعت محفوظ ہیں تاہم بغیر کسی ترمیم کے فوٹو کاپی کی اجازت ہے۔ یہ بروشرز مندرجہ ذیل ویب سائٹ پر بھی دستیاب ہیں۔

www.pdprogram.org


Dr. A.Q. Rana. M.D. FRCPC(Canada),FRCP-Hon (U.K)

Neurologist

World Parkinson's Program

Toronto, Canada


ورلڈ پارکنسنز پروگرام کا مشن پارکنسن کی بیماری سے متعلق صحیح اور مکمل معلومات فراہم کرنا ہے۔ اس پروگرام کے بانی کینیڈا کے نیورالوجسٹ ڈاکٹر عبدالقیوم رانا ہیں۔ اس پروگرام کی شاخیں دنیا کے مختلف ممالک میں موجود ہیں۔ مزید معلومات کے لیے آپ مندرجہ ذیل ویب سائٹ بھی دیکھ سکتے ہیں۔

www.pdprogram.org.

## پارکنسن کا مرض کیا ہے؟

اس مرض کو پہلی بار 1817 میں جیمز پارکنسن نے بیان کیا اسی لیے اس بیماری کا نام ان کے نام کے ساتھ منسوب ہے۔ کینیڈا کے ایک لاکھ سے زیادہ باشندے، دس لاکھ امریکی باشندے اور پوری دنیا میں 63 لاکھ سے زیادہ انسان اس بیماری کا شکار ہیں۔ اگرچہ زیادہ تر متاثرہ افراد کی عمر 55 سال سے زیادہ ہوتی ہے۔ مگر اس میں ادھیڑ عمر لوگوں کی کثیر تعداد بھی شامل ہے۔

یہ ایک اعصابی مرض ہے جس میں دماغ میں ڈوپامین جو کہ ایک کیمیائی مادہ ہے بنانے والے خلیے تباہ ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ چونکہ ڈوپامین جسم کی حرکات وسکنات کے لیے انتہائی ضروری ہے۔ اس لیے ڈوپامین کی کمی کی صورت میں مختلف علامات ظہور پذیر ہوتی ہیں۔ اگرچہ پارکنسن کی بیماری ایک پیچیدہ مرض ہے مگر ادویات کے موزوں استعمال سے اس کی علامات کافی حد تک بہتر بنائی جاسکتی ہیں۔ حالانکہ اس بیماری کا کوئی مستقل اور دائمی علاج نہیں ہے مگر مناسب دواؤں کے استعمال کی وجہ سے مریض اس کے ساتھ سالہا سال تک زندہ رہ سکتے ہیں۔

## پارکنسن کے مرض کی علامات کیا ہیں؟

پارکنسن کے مرض کی خاص علامات میں روزمرہ زندگی کی حرکات وسکنات کی رفتار کا آہستہ ہو جانا، رعشہ کا پیدا ہونا (خاص کر جب جسم کے اعضا آرام کی حالت میں ہوں) عضلات میں لچک کا ضیاع، توازن میں دشواری پیش آنا، پٹھوں میں تناؤ، چلنے کی رفتار میں کمی، چھوٹے چھوٹے قدم گھسیٹ کر رکھنا اور چلتے ہوئے مڑنے میں دشواری کا سامنا شامل ہیں۔

## کیا پارکنسن کے مرض کی اس کے علاوہ اور علامات بھی ہیں؟

پارکنسن کی بیماری کے مسلسل بڑھتے رہنے کی وجہ سے مزید علامات ظاہر ہوتی رہتی ہیں۔ جس میں چہرے کے تاثرات میں کمی واقع ہونا۔ یعنی چہرے کا اتر جانا، رال کا ٹپکنا، مڑنے میں دشواری کا سامنا، چال کا منجمد ہونا، گرنا، جسمانی تھکاوٹ، ہاتھ کی لکھائی کا چھوٹا ہونا، قبض ہونا، بے خوابی کا شکار ہونا، نگلنے میں دشواری، حافظے کی کمزوری، ذہنی دباؤ، جنسی نظام میں کمزوری، مثانہ کی کمزوری، چکر آنا اور جلد کا خشک ہونا وغیرہ شامل ہیں۔

## پارکنسن کے مرض کی تشخیص کیسے کی جاتی ہے؟

پارکنسن کے مرض کی تشخیص نیورو فزیشن طبی معائنہ سے کرتے ہیں۔ اس کی تصدیق کے لیے کوئی لیبارٹری ٹیسٹ دستیاب نہیں ہے۔

## پارکنسن کے مرض کا علاج کیسے کیا جاتا ہے؟

پارکنسن کے مرض کا علاج بنیادی طور پر ادویات اور فزیوتھراپی سے کیا جاتا ہے۔ بیماری کے بڑھنے کے ساتھ ساتھ دوائیوں میں ترمیم ضروری ہو جاتی ہے۔

بعض اوقات نیوروسرجری کی ضرورت بھی پڑ جاتی ہے۔ دوائیوں کے کچھ مضر اثرات بھی ہو سکتے ہیں۔ مندرجہ ذیل ادویات پارکنسن کی بیماری کے علاج میں استعمال ہوتی ہیں۔

1۔ لیوڈوپا/ کاربی ڈوپا (Levodopa/Carbidopa)

2۔ ڈوپامین ایگونسٹ (Dopamine Agonist Pramipexole,Ropinirole and Rotigotine patch) جن میں پریمیکسول، روپینارول اور روٹیگوٹین پیچ شامل ہیں۔

3۔ ایم اے او بی انہبیٹرز جن میں سیلجیلین اور رزیجالین شامل ہیں (MAOB Inhibitors (Selegiline and Rasagiline)

4۔ امینٹاڈین (Amantadine)

5۔ اینٹی کولینرجکس (Anticholinergic) ادویات جن میں ٹرائی ہیکسی فینیڈل (Trihexyphenydil) اور بینزٹروپین