

أسئلة متكررة عن  
مرض شلل الرعاش (باركنسون)  
ورعاية المريض من قبل أهله

الدكتور عبد القيوم رانا

استشاري أمراض المخ والأعصاب (نيورولوجست)  
تورونتو- كندا  
رئيس البرنامج العالمي عن التعليم حول مرض شلل  
الرعاش (باركنسون).



3  
النسخة العربية

"من يحارب شلل الرعاش (باركنسون) بالعلم  
دائماً يعثر على وسائل لحل كل المشاكل"  
- الدكتور عبد القيوم رانا

الدكتور عبد القيوم رانا  
عيادة باركنسون تورونتو الشرقية  
تورونتو- كندا

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

الهاتف: 416-724-9850

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 و  
إسماعيل حمدون

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](http://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](http://www.youtube.com/user/AbdulQayyumRana)

إذا تعرف شخصاً عزيزاً عليك يعاني من شلل الرعاش (باركنسون) وتريد إعاقته على ذلك ، فهناك العديد من الأشياء التي يمكنك فعلها لتساعده لتسهل حياته.

الرعاية لمرضى شلل الرعاش (باركنسون) يمكن أن تكون صعبة وأحياناً صعبة جداً. يجب تغيير نمط حياتك لاستيعاب الشخص الذي هو في حاجة إلى مساعدتك. وبينما ينتشر ويتطور المرض لديه فالحاجة لمساعدتك ستزداد أيضاً.

ماذا تشتمل الرعاية؟

دعم مريض بمرض شلل الرعاش (باركنسون) في مواجهة تحديات الحياة اليومية يحتاج التشجيع والتقوية. المريض بمرض شلل الرعاش (باركنسون) يحتاج لدعمك كي يعيش باستقلال قدر ما يمكن. على الرغم من عدم وجود علاج ، يمكن التحكم في الأعراض ليعيش المريض حياة منتجة.

ما الأشياء التي يجب عليّ فعلها في البداية؟

في المراحل المبكرة من شلل الرعاش (باركنسون) قد يكون الدعم النفسي والتشجيع هو فقط المطلوب منك ، ولكن مع تقدم المرض سيكون الدعم الجسماني ضرورياً حينما يغيرون مرضى شلل الرعاش (باركنسون) أنشطتهم لاستيعاب حالتهم.

كيف يمكنني مساعدة فريق الرعاية الصحية؟

الشخص المعنتي بالمريض يمكن أن يساعد مقدمي الرعاية الصحية من خلال تقديم المعلومات لكل عضو في الفريق. ويكون هو جسر التواصل بين الفريق والمريض. أنتم فقط يمكنكم مراقبة ما يقوم به المريض يومياً لمساعدته على تحسين مستوى حياته. اتصالاتكم المستمر هو جزء هام من المصادر لفريق الرعاية الصحية لمتابعة حالة المريض ومعرفة ماذا علينا فعله لمساعدته و تحسين حالته.

هل عليّ أن أساعده في أخذ أدويته اليومية؟

نعم، الشخص المعنتي الرئيسي بالمريض مهم جداً لتقديم الأدوية يومياً للمرضى. يمكن أن يساعد الشخص المعنتي بالمريض في ملاحظة مدى فعالية هذه الأدوية، وملاحظة إذا كان أي من الآثار الجانبية سببها الدواء. الطاعة في أخذ الأدوية في أوقاتها المحددة قد تكون مشكلة مع بعض المرضى ، وأحياناً عدم وجود أي تحسن في المريض قد يكون سببه عدم أخذه الأدوية على أساس يومي. ولذلك يجب أن يكون الشخص المعنتي بالمريض مسؤولاً عن التأكد من أن المريض لا ينسى أخذ الدواء.

ما الذي ينبغي أن يراقبه الشخص المعنتي في المريض؟

يجب عليك أن تكون حذراً من تصرفات المريض التي قد تشير إلى حدوث الاكتئاب والانطواء الاجتماعي والقلق. في مثل هذه الحالة يجب عليك أن تكون رحيماً ومعيناً للمريض. أكثر من الأنشطة الاجتماعية مع المريض واصطحبه لها واطلب المساعدة عند الحاجة.

الرعاية يمكن أنني لا أستطيع أن أستمر في مساعدة المريض؟

الرعاية يمكن أن تزداد صعوبة مع تقدم المرض. مريض شلل الرعاش (باركنسون) قد يجد صعوبة أكبر في الذاكرة والأداء الإدراكي، والاكتئاب، والقلق والهلوسة مع ازدياد المرض. خذ إجازة لنفسك من رعاية المريض واجعل غيرك يخلفك في رعاية المريض بصورة دورية. مهما كنت مهتماً بالمريض ومساعدته ستحتاج بعض الوقت للراحة والاستجمام لتستعيد نشاطك في مساعدة المريض. تقبل المساعدة ووزع بعض المهام على الناس الذين على استعداد للمساعدة. إذا كنت تشعر بالتعب الجسدي أو النفسي من متابعة المريض، اعثر على شخص تثق به، وتحدث عن مشاعرك واطلب منه المساعدة.

الدكتور عبد القيوم رانا

عيادة باركنسون تورونتو الشرقية  
تورونتو - كندا