

زندگی با پارکینسون

راهکارهای عملی برای

- ✓ توانمندسازی بیماران و مراقبین خانوادگی آنان در خودمراقبتی
- ✓ بهبود کیفیت زندگی بیماران و مراقبین با کنترل مؤثر اختلالات همراهی
- ✓ پاسخ به بسیاری از سوالات و نگرانیهای تشخیصی، درمانی و مراقبتی بیماران
- ✓ افزایش سواد سلامت افراد مبتلا و مراقبین خانوادگی

تالیف

دکتر محمدعلی سلیمانی و آمنه یعقوبزاده

مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت
دانشگاه علوم پزشکی قزوین



نشر جامعه نگر

سرشناسه	سلیمانی، محمد علی، ۱۳۶۱-
عنوان و نام پدیدآور	زندگی با پارکینسون: راهکارهای عملی برای توانمند سازی بیماران و مراقبت خانوادگی آنان /.../ تألیف محمد علی سلیمانی، آمنه یعقوب زاده.
مشخصات نشر	تهران: جامعه نگر، ۱۳۹۴-
مشخصات ظاهری	۱۸۸ص: مصور، جدول، نمودار.
شابک	۱۱۹۰۰۰ ریال: ۸-۴۱۷-۱۰۱-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
یادداشت	کتابنامه.
یادداشت	نمایه.
موضوع	پارکینسون
موضوع	پارکینسون -- بیماران -- توانبخشی
شناسه افزوده	یعقوب زاده، آمنه، ۱۳۷۰-
رده بندی کنگره	۱۳۹۴ ز ۸ س / RCTAT
رده بندی دیویی	۶۱۶/۸۳۳
شماره کتاب شناسی ملی	۳۹۱۰۵۴۷

این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان می‌باشد. هیچ بخشی از کتاب به هیچ شکلی اعم از فتوکپی یا بازنویسی مطالب در هرگونه رسانه‌یی من جمله کتاب، لوح فشرده و مجلات، بدون اجازه‌ی کتبی ناشر قابل استفاده نیست و موجب پیگرد قانونی می‌شود.

زندگی با پارکینسون

تألیف دکتر محمدعلی سلیمانی و آمنه یعقوب‌زاده

ناشر جامعه‌نگر

نوبت و سال چاپ اول / ۹۴: شمارگان ۱۰۰۰ نسخه

صفحه آرایشی سید مجتبی طبعی؛ طراحی جلد انوشیروانی

لیتوگرافی آبرنگ؛ چاپ و صحافی: دانش

بها ۱۱۹۰۰۰ ریال

شابک ۸-۴۱۷-۱۰۱-۶۰۰-۹۷۸

نشر جامعه‌نگر

ناشر شایسته تقدیر (سال ۱۳۹۳)

ناشر برگزیده حوزه سلامت (سال ۱۳۹۳)

ناشر برگزیده حوزه جوانان (سال ۱۳۹۳)

ناشر برگزیده کشور (سال ۱۳۹۲)

ناشر برتر دانشگاهی (سال ۱۳۹۱)

دفتر مرکزی نشر جامعه‌نگر

تهران: خ انقلاب - مقابل درب اصلی دانشگاه تهران - خ فجر رازی - خ نظری - شماره ۸۴. تلفن: ۶۶۴۹۳۷۱۶ - ۶۶۴۹۴۱۸۷

فروش اینترنتی: www.jameenegar.com

کتاب‌فروشی‌های معتبر پزشکی سراسر کشور

اهواز: رشد - شرق - اردبیل: خیام • ارومیه: شاهد ابزارگران • اصفهان: کیا - پارسا - رازی • بابل: علی‌زاده • بجنورد: ارسطو • بروجرد: ولایت • بوشهر: کتاب‌فروشی عمادی • تالش: جامعه‌نگر • تبریز: شیرنگ • تنکابن: میرچی • چهارم: کلیه کتاب • خرم‌آباد: نشر قلم • رشت: دانشگاه آزاد پل طالبان - ارجمند - مزده • ساری: هدف - دانشجو • امیرکبیر • سمنان: نسیم - اشراق ۲ • شیراز: مرکز کتاب دانشگاه علوم پزشکی شیراز - جمالی • قم: فاضل • قزوین: حکیم • کرمان: پایپروس • کرمانشاه: دانشمند • گرگان: جلالی • گناباد: کتابستان • لاهیجان: مرکز کتاب دانشگاهی • مشهد: مجد دانش - نمایشگاه علوم پزشکی جهاد دانشگاهی • همدان: روزاندیش - دانشجو • یزد: خاندانخانی

فهرست

فصل اول

بیماری پارکینسون چیست؟ ۱

برخیچه بیماری پارکینسون ۱

علائم بیماری پارکینسون چیست؟ ۱

چه عواملی در ایجاد بیماری پارکینسون نقش دارند؟ ۲
چند نفر از افراد (تسوع، مبتلا به بیماری پارکینسون هستند؟ ۲

ششرفه بیماری پارکینسون چگونه است؟ ۲

آیا تمام افراد در تمامی سنین به بیماری پارکینسون مبتلا می‌شوند؟ ۳

آیا عوامل محافظت‌کننده و عوامل خطر در مورد بیماری وجود دارد؟ ۳

آیا نوع مشخصی از داروها باعث ایجاد بیماری پارکینسون می‌شود؟ ۳

علائم و سبب‌های اولیه و اصلی بیماری پارکینسون چیست؟ ۳

علائم دیگر بیماری پارکینسون چیست؟ ۷

با بیماری پارکینسون چه فکر و حافظه نیز تأثیر دارد؟ ۷

اختلالات حقیق شناختی ۸

علاوه اختلالات شناختی خفیف ۸

عمل اختلالات شناختی حریف ۸

خطرناک و افسردگی ۸

اختلالات خواب ۸

رزم غذایی ۸

اقداماتی در درمان اختلالات شناختی ۸

تفسیر دکی ۸

اختلاف ۹

علائم فرعی ۹

بغیر از عمده تظاهرات مشخص و قابل تشخیص در بیناران پارکینسونی چیست؟ ۱۰

چگونه بیماری پارکینسون قابل تشخیص است؟ ۱۰

آیا علائم بیماری پارکینسون در صورت ابتلا در سنین پایین تر متفاوت خواهد بود؟ ۱۱

آیا درمان پارکینسون وابسته به سن می‌باشد؟ ۱۱

آیا بیماری پارکینسون در کودکان هم ایجاد می‌شود؟ ۱۱

آیا سنگی‌های قاعدگی‌ها را می‌تواند در بیماری پارکینسون اثر

نذار باشد؟ ۱۱

چرا زنان به نسبت کمتری از مردان به بیماری پارکینسون مبتلا می‌شوند؟ ۱۱

فصل دوم

بروز حرکات غیرارادی در پارکینسون ۱۲

کاهش اثر دارو و بروز حرکات غیرارادی (دیس‌کینزی) در پارکینسون ۱۲

حرکات غیرارادی (دیس‌کینزی) ۱۲

عوامل ایجادکننده نوسانات حرکتی و حرکات غیرارادی ۱۳

روش‌های کنترل نوسانات حرکتی و حرکات غیرارادی ۱۳

فصل سوم

عوامل ایجادکننده کرفتنی عضلانی و دیستونی ۱۵

کرفتنی عضلانی و دیستونی در پارکینسون ۱۵

علائم درگیر در کرفتنی عضلانی و دیستونی ۱۶

درمان کرفتنی عضلانی و دیستونی ۱۶

فصل چهارم

درد در پارکینسون ۱۸

دردهای شایع در بیماری پارکینسون ۱۸

فصل پنجم

اختلالات خواب و شبانگاهی ۲۱

الگوی خواب ۲۱

بی‌خوابی ۲۱

قوانین بهداشت خواب ۲۱

اختلالات مشخص خواب مرتبط با پارکینسون ۲۲

درمان اختلالات خواب ۲۴

فصل ششم

سقوط در پارکینسون ۲۶

دلایل سقوط ۲۶

کاهش خطر سقوط ۲۷

فصل هفتم

مشکلات دهان و دندان در بیماران مبتلا به پارکینسون

۲۹	مشکلات باغ
۲۹	خشکی دهان
۳۰	سوزش دهان
۳۰	افزایش بوی بد دهان
۳۰	آبریزش از دهان
۳۰	کسرل دندان‌های مصنوعی
۳۱	مراجعه به دندانپزشک
۳۱	توضیحاتی در بیماران با دندان‌های طبیعی
۳۱	توضیحاتی در بیماران با دندان‌های مصنوعی

فصل هشتم

خشکی در پارکینسون

۳۲	عوامل ایجاد کننده خشکی در پارکینسون
۳۲	درمان خشکی

فصل نهم

دمانش ناشی از پارکینسون

۳۵	روال عین ناشی از پارکینسون
۳۵	علامه دمانش پارکینسونی
۳۵	عوامل ایجاد کننده دمانش ناشی از پارکینسون
۳۶	تشخیص دمانش ناشی از پارکینسون
۳۶	کنترل داروهای مصرفی

فصل دهم

پارکینسون و بارداری

۳۹	تاثير بارداری بر علامه بیماری پارکینسون
۳۹	تغییرات بدن در طی بارداری
۴۰	موضوعه‌هایی جهت تعلق بیمار بارداری در پارکینسون
۴۰	دارو درمانی در پارکینسون و بارداری

فصل یازدهم

احساسات و سلامت روانی

۴۲	تعلق با پارکینسون و گفتگو با دکتر
۴۲	پارکینسون و افسردگی
۴۳	سبب بروز و تشویش افسردگی
۴۴	روند بیماری افسردگی
۴۴	علل افسردگی
۴۴	علامه و سندهای افسردگی
۴۴	تغییرات در رفتار و کنش
۴۴	تغییرات جسمانی و شکایات بدنی
۴۵	درمان
۴۵	روان درمانی
۴۵	درمان دارویی

چهار فهرست

درمان با الکترو شوک

۴۵	برخی از ردهای مقاله ای در افسردگی
۴۷	پارکینسون و اضطراب
۴۷	بندگی (اسوس)
۴۷	مراحل بندگی
۴۷	۱. واکنش اضطراب
۴۷	۲. مرحله مقاومت
۴۷	۳. مرحله فرسودگی
۴۸	حمايت اضطرابی در پارکینسون
۴۸	انواع اضطراب
۴۸	اختلال اضطرابی فسیس
۴۹	حملات هراس
۴۹	فوبه (ترس های احساسی ساده)
۴۹	ترس های اجتماعی
۴۹	اختلال وسواس
۴۹	اختلال اسوس پس از سانحه
۴۹	عین اضطراب
۵۰	عین ایجاد اضطراب و کنترل آن در پارکینسون
۵۱	تفاوت مقاله ای اسوس و اضطراب
۵۴	درمان اضطراب
۵۴	دارو درمانی
۵۴	ارام سازی پسروده غشایی
۵۵	مهم ترین تکراری مقالات در پارکینسون چیست؟

فصل دوازدهم

اضطراب مرک در بیماریهای مزمن

۵۶	مرک و مزمن
۵۷	ویژگی های مفهوم اضطراب مرک
۵۷	بعد جسمانی
۵۷	بعد تشنجی
۵۸	بعد تکاملی
۵۸	انگیزهای فرهنگی اجتماعی
۵۹	اعتقادات مذهبی
۵۹	بعد تجزیه
۵۹	سند شده و پدیده های اضطراب مرک
۵۹	حساست
۵۹	حساسات
۶۰	ظاهر
۶۰	تجربه ترس
۶۰	سختی های بیماری های مزمن کننده حیات
۶۱	تجربه مرک با مزمن
۶۱	بیماری های اضطراب مرک
۶۱	سند های سازگار
۶۱	سند های ناسازگار

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۰

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۰

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۰

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۰

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۰

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۰

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۱

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۱

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

بسته به مصرف دارو و سایر فواید و غیره را در بیمار می‌کند

۸۲

فصل سیزدهم

سندرم پای بیقرار ۶۲

سندرم پای بیقرار ۶۲

شوخ ۶۳

تغییرات ایجاد کننده سندرم پای بیقرار ۶۳

علائم سندرم پای بیقرار ۶۳

تشخیص سندرم پای بیقرار ۶۳

درمان سندرم پای بیقرار ۶۴

دارو درمانی ۶۷

رو به غذایی ۶۸

سبب غذایی ۶۸

اهمیت تشخیص کننده بیماری ۶۹

فصل چهاردهم

توصیف بیماران مبتلا به پارکینسون ۶۹

مرکز تدریجی ۷۰

تأثیرات کلیدی بر بیماری ۷۰

تأثیرات کلیدی بر بیماری ۷۰

تأثیرات کلیدی بر بیماری ۷۰

تأثیرات کلیدی بر بیماری ۷۰

فصل پانزدهم

ارائه دهندگان مراقبت‌های بهداشتی ۷۲

کدام متخصصان بهداشت و درمان می‌توانند کمک کننده

باشند؟ ۷۲

برسک عمومی ۷۲

برسک متخصص ۷۲

برسک ۷۲

سیم حلقه مشوره (خبر شنایی) ۷۵

وقایع ترس در مراقبت از بیمار پارکینسونی چیست؟ ۷۵

آیا استناد دارد وقتی در درمان پارکینسون وجود دارد؟ ۷۶

از جابجایی شروع به تشخیص جهت تشخیص و کنترل مداوم ۷۶

تأثیرات و تحلیلات ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

درمانی به بیمار مراقبت‌دهنده بیمار پارکینسونی ۷۶

فصل هفدهم

کمک به خود ۸۴

روش‌های کمک به خود و اطباء بیمار پارکینسون ۸۴

دانش پزشکی مبتنی بر بیماری ۸۴

کنترل استرس ۸۴

فعال ماندن و لذت بردن از علائق ۸۴

حلاق بودن ۸۵

دریافت اطلاعات درباره پارکینسون ۸۵

ملاقات با دیگر بیماران پارکینسونی ۸۵

کمک به بیماران پارکینسونی ۸۵

بودجه‌های شخصی و بودجه‌های فردی ۸۵

برنامه‌ریزی برای بیماری ۸۵

فرمان‌های ممکن ۸۶

داروهای مخدر و سایر داروهای این‌ها بر پارکینسون ۸۶

فصل هیجدهم

آشنایی با مفهوم خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۸۷

خودمراقبتی چیست؟ ۸۷

محتوی خودمراقبتی ۹۲

عوامل خودمراقبتی ۹۲

نوع خودمراقبتی ۹۲

خودمراقبتی برای حفظ سلامت ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

خودمراقبتی در بیماری‌های مزمن ۹۳

فصل نوزدهم

برنامه‌ریزی فردی برای خودمراقبتی ۹۵

به سوی خودمراقبتی ۹۵

خودمراقبتی جسمی	۹۶
مراقبتی خودمراقبتی	۹۶
خودمراقبتی معنوی	۹۷
نگته‌های گسندی بر روی مراقبتی خودمراقبتی	۹۸

فصل بیستم

چگونه برای خودمراقبتی برنامه‌ریزی کنیم؟	۱۰۰
برنامه‌ریزی برای خودمراقبتی	۱۰۰
از کجای پانزده شروع کردیم؟	۱۰۰
ارزانی مستمر برنامه خودمراقبتی	۱۰۲

فصل بیست و یکم

مثبت خودمراقبتی	۱۰۴
مؤلفه‌های مثبت خودمراقبتی	۱۰۴
عوامل فردی	۱۰۴
خودکارآمدی	۱۰۵
عوامل رفتاری	۱۰۷
عوامل اجتماعی (اجتماعی)	۱۰۷

فصل بیست و دوم

ببین ابعاد و ویژگی‌های خودمراقبتی	۱۰۸
۱. دیدگاه مبتلانی به بارکینسون	۱۰۸
۲. استقلال ملایمی	۱۰۸
۳.۱. مثال به استقلال نسبی	۱۰۸
۳.۲. تلاش برای ایجاد مسئولیت خودمراقبتی	۱۰۹
۴. مراقبت معنوی	۱۱۰
۴.۱. کند به شفای آئینی	۱۱۰
۴.۲. اتحاد اعتقاد مذهبی	۱۱۰
۵. مراقبت اجتماعی	۱۱۲
۶.۱. رعایت معنیه سلامت	۱۱۲
۶.۲. رعایت رزوه‌های روز	۱۱۲
۶.۳. احسان مسئولیت برای وقت	۱۱۳
۷. جستجوی درمان	۱۱۳
۸.۱. جستجوی اطلاعات	۱۱۴
۸.۲. مراجعه مکرر به پزشکان	۱۱۵

فصل بیست و سوم

نقش سواد سلامت در خودمراقبتی افراد مبتلا به	
بارکینسون	۱۱۶
وگس به تشخیص بارکینسون	۱۱۹
بعضی نقش در روند	۱۱۹

فصل بیست و چهارم

ارتباطات در بارکینسون	۱۱۹
انزوای اجتماعی	۱۲۰
اختلال در حضور اجتماعی	۱۲۰

شش فهرست

مطالبی به عبارات ایجاد شده در روند	۱۲۳
------------------------------------	-----

فصل بیست و پنج

صحبت کردن، نوشتن و برقراری ارتباط	۱۲۵
بارکینسون و برقراری رابطه با دیگران	۱۲۵
نقش گفتاردرمانی در حل مشکل ارتباطی	۱۲۶
راهنمای‌هایی برای بهبود دست‌چشم و دیدار	۱۲۶
نقش مسئولیت در چک‌ها	۱۲۶
فالی‌های کازنی اعتبار	۱۲۶
تفسیر اینها	۱۲۷
کارت مسئولیت	۱۲۷
مهر بلاستیک	۱۲۷

فصل بیست و ششم

تأثیر بارکینسون بر روابط جنسی	۱۲۸
تأثیر بارکینسون در ایجاد روابط جنسی	۱۲۸
مسکلات جنسی در بارکینسون	۱۲۹
درمان اختلالات جنسی در مبتلانی به بارکینسون	۱۳۰
مستندات کاربردی برای کاهش مسکلات جنسی	۱۳۰

فصل بیست و هفتم

بدر یا مادر بودن! پدر بزرگ یا مادر بزرگ بودن	۱۳۱
تعریف بیماری بارکینسون برای فرزندان	۱۳۱
مراقبتی جوان	۱۳۱
بارکینسون و بارداری در مردان	۱۳۲
بارکینسون و بارداری	۱۳۲
مسکلات تعدیلی	۱۳۲
کند در حرکت	۱۳۲
بارکینسون و یک زندگی و مطابق با بیماری	۱۳۲

فصل بیست و هشتم

زندگی مستقل	۱۳۳
حکومتی که بر بارکینسون در افرادی که به تنهایی زندگی	
می‌کنند	۱۳۳
مسکلات جنسی	۱۳۳
مسکلات مالی	۱۳۳
مسکلات اجتماعی	۱۳۳

فصل بیست و نهم

معتقد استقلال بیمار و نقش فرزندپار در آن	۱۳۴
چگونه گردان می‌تواند به بیمار بارکینسون کمک کند؟	۱۳۴
وسایل و تجهیزات که یک بیمار بارکینسون نیاز دارد	۱۳۵
بجای به عبارت در محیط منزل	۱۳۵
نقش مریوس‌های اجتماعی در مدیریت منزل	۱۳۵
بعضی از مریوس‌های مسئول پرداخت هزینه‌های پراکند	
مراقبت‌های بلندمدت	۱۳۶
کنترل آئینی در منزل	۱۳۶
بعضی از مریوس‌ها در تطبیق با بیماری بارکینسون	۱۳۶

فصل بیست و نهم

رژیم غذایی و ورزش

۱۳۸. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

گردد. ۱۳۸

نویسنده: ۱۳۹

۱۳۹. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۳۹

نویسنده: ۱۳۹

۱۴۰. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۱

نویسنده: ۱۴۱

۱۴۱. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۱

نویسنده: ۱۴۱

۱۴۱. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۲

نویسنده: ۱۴۲

۱۴۲. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۳

نویسنده: ۱۴۳

۱۴۴. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۴

نویسنده: ۱۴۴

۱۴۴. در مسابقات ورزشی، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۵

نویسنده: ۱۴۵

فصل سی و ام

مسافرت و تفریحات

۱۴۶. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۶

نویسنده: ۱۴۷

۱۴۷. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۸

نویسنده: ۱۴۸

۱۴۸. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۹

نویسنده: ۱۴۹

۱۴۹. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۴۹

نویسنده: ۱۵۰

۱۵۰. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۵۱

نویسنده: ۱۵۱

۱۵۲. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۵۳

فصل سی و دوم

اطلاعاتی برای مراقبت

۱۵۴. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۵۵

نویسنده: ۱۵۵

فصل سی و سوم

تحقیقاتی درباره پارکینسون و وضعیت بیماری در آینده

۱۵۶

نویسنده: ۱۵۶

۱۵۶. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۵۶

نویسنده: ۱۵۶

۱۵۷. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۵۷

نویسنده: ۱۵۷

۱۵۷. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۵۸

نویسنده: ۱۶۷

۱۶۹. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۶۹

نویسنده: ۱۶۹

۱۷۰. در مسافرت، رژیم غذایی خاصی توصیه

نمی‌گردد. ۱۷۴

پیشگفتار

به پارکینسون در خصوص تاثیر این بیماری و پاسخ نه به بیماری استفاده شود. بنابراین در بخش‌هایی از کتاب نقل قول‌هایی از افراد آورده شده است. ممکن است شما بتوانید از تجربات سایر افراد در چگونگی و گسری بیمه‌های بیماری خود بهره ببرید. با توجه به اینکه شدت و نوع علائم بجا شده ممکن است برای هر کس متفاوت از دیگری باشد. تلاش شده است تا به سبب وسیعی از اختلافات این بیماری بر جنبه‌های مختلف زندگی اشاره شود. این برای معنی نیست که همه این اختلافات الزاماً برای شما رخ می‌دهند. بسیاری از عوامل از قبیل سن شروع بیماری، میزان ساعت ورزش درمانی، احساس مسئولیت‌پذیری در قبال خود، سوابق و ... بر پیشرفت علائم و تشنه‌ها تاثیر خواهد گذاشت.

در پایان از کلمه غرضی که در تهیه و گردآوری این کتاب ما را جری رساندند تقدیر و تشکر می‌نمایم. از محققین این کتاب (بیماران مبتلا و مراقبین خانواده‌ای، پزشکان، ترنرهای بیمارستان) نیز درخواست می‌نماییم نظرات سز شده خود را جهت بهبود کلی و کیفی کتاب حاضر با ما در میان بگذارند.

کتاب حاضر اطلاعات عمیق و کاربردی را در زمینه چگونگی تاثیر بیماری پارکینسون بر زندگی روزمره افراد و همچنین چگونگی کنترل شرایط بیماری فراهم می‌آورد. همچنین به سوالات دیگری از قبیل چگونگی درمان، روابط فردی و بین فردی، شغل و مسافرت این افراد پاسخ می‌دهد. تجربه افراد در بهره پارکینسون و تاثیر این بیماری در زندگی روزمره متفاوت است اما با فراهم کردن اطلاعاتی در زمینه زندگی به بیماری پارکینسون می‌توان به برخی از این سوالات پاسخ داد. با دریافت اطلاعاتی از افراد مبتلا به این بیماری عنوان از این در تبیین بیماری پارکینسون به داده یک زندگی کاملاً و مستقیماً بهره گرفت. این کتاب همچنین شامل اطلاعات مفیدی برای اعضای خانواده، مراقبت‌دهندگان و دوستان می‌باشد که به نوعی با بیمار مبتلا به پارکینسون در تماس هستند. زیرا این افراد نیز ممکن است به‌صورت زیادی در خصوص نحوه و چگونگی مراقبت از بیمار مبتلا به پارکینسون را داشته و تاکنون پاسخ جامع و گامی را در این خصوص دریافت نکرده باشند.

در این کتاب تلاش شده است تا از تجربیات رنده فرد مبتلا

با تشکر : مولفین