

## Uvod

Tema ovoga rada je Parkinsonova bolest i rehabilitacija pacijenata iste. Parkinsonova bolest je degenerativni i sporoprogresivni poremećaj centralnog nervnog sistema, ujedno i poremećaj kretanja, koji utječe na obavljanje svakodnevnih aktivnosti. Manifestira se raznim motoričkim i nemotoričkim simptomima. Uzrok ove bolesti nije poznat, dakle, idiopatski je. U početku, govorit ćemo o ekstrapiramidalnom sistemu, njegovoj anatomiji i poremećaju funkcije ekstrapiramidalnog sistema koji nije izravno pod utjecajem naše volje, kako se javlja poremećaj posture, hipokinetičkih pokreta, tremor, spasticitet, rigor.

Navesti ćemo, također, glavne simptome, a među prvim koji bi izdvojili je tremor, koji se javlja i u stanju mirovanja pacijenta. Cilj nam je omogućiti pacijentu adekvatnu simptomatsku terapiju da bi ublažili simptome i što više ga osposobili za obavljanje svakodnevnih aktivnosti koliko je to moguće. Pisat ćemo i o kliničkoj slici pacijenata, koje životne skupine su najčešće pogođene, a najčešće su to osobe starije od 50 godina.

Usredotočit ćemo se na vježbe kako bi razvili fleksibilnost, snagu i kardiorespiratornu izdržljivost, vježbe za gornje i donje ekstremitete, sa oprezom kod pacijenata koji imaju artritis ili osteoporozu te istezanje i trajanje zadržavanja istezanja te kako izvoditi istezanje ovisno o dobnoj skupini pacijenata.

Parkinsoničari mogu doseći snagu približnoj osobama svoje dobi bez oboljenja, te nam je vrlo važno jačanje mišića zbog brzine hoda, duljine koraka i poboljšanja posture ovih pacijenata, spomenut ćemo kako navedene vježbe pacijent treba da izvodi i kod kuće te kako je educiranje pacijenta i kompromis sa terapeutom ključni faktor u procesu oporavka. Govorit ćemo i o edukaciji pacijenta, kako da se koristiti sa pomagalima koja mogu pomoći u izvođenju pokreta i prilikom jedenja, o hodalicama, vratnom ovratniku kod pognute posture glave. Jedna od karakteristika ove bolesti je i posturalna nestabilnost, navest ćemo nekoliko

testova pomoću kojih se vrši procjena posturalne nestabilnosti i kako spriječiti padove kod pacijenata, koji položaj nogu da postavite kako bi bili stabilniji pri izvođenju koraka.

Cilj nam je smanjiti rizike od padova, pacijentu prilagoditi okruženje i barijere u kući, prilagoditi obući i dodati pomagala kako bi smanjili rizike od pada, govorit ćemo kakvi su efekti levodopa na ravnotežu. Osvrnut ćemo se i na teškoće kod mobilnosti i transfera pacijenata, jer sposobnosti kao što su sjedanje i ustajanje može biti veoma teško za pacijenta ukoliko su mišići oslabljeni. Navest ćemo i vježbe snage za poboljšanje mobilnosti, rizike od pada pri hodu i metode kako osposobiti pacijenta da ustane sa poda. Spomenut ćemo razloge zbog čega je važno da pacijent provodi vježbe disanja i koje su to, u kojem položaju ih pacijent izvodi i kada dodati otpor pacijentu prilikom izvođenja vježbi.

Na kraju spomenut ćemo i duboku moždanu stimulaciju, koja podrazumijeva umetanje elektrode kirurškim putem, kada se primjenjuje te da ima svoje rizike i prednosti. Neke od važnih prednosti su smanjenje rigiditeta, bradikinezije, tremora, a samim time i potreba za uzimanjem lijekova. Kod duboke moždane stimulacije važno je poznavati koje se terapijske procedure smiju provoditi kod pacijenta kako ne bi došlo do ozbiljnih ozljeda. Naveli smo i neke od fizikalnih procedura koje koristimo u rehabilitaciji koje imaju relaksirajući, antidepressivni i analgetski učinak na pacijenta.