

Salute e Benessere

a cura di **Marta Raffinetti**

Medicina

In occasione della *Giornata nazionale*,
parliamo di questa grave malattia degenerativa

PARKINSON: a che punto siamo



1 Le cause del Parkinson rimangono sconosciute. Il riscontro di almeno un altro familiare colpito nel 15-18% dei casi potrebbe indicare che esiste in qualche modo una predisposizione familiare.

2 Le nuove frontiere della medicina Una di queste è lo sviluppo di farmaci che hanno lo stesso effetto neuroprotettivo di alcune sostanze esistenti in natura - come il tabacco o il caffè - che inibiscono gli enzimi che danneggiano i neuroni.

3 I sintomi principali sono 3. La rigidità muscolare, spesso attribuita a un'infiammazione articolare, a un reumatismo o a una postura scorretta, potrebbe segnalare l'esordio della malattia. Il tremore, invece, può non essere presente in tutti i malati: nelle fasi iniziali colpisce solo una parte del corpo, spesso le mani, i piedi e le dita. Infine, la lentezza dei movimenti si manifesta all'inizio come una difficoltà a svolgere movimenti "fini" come lo scrivere, il cucire e il radersi.

4 I campanelli d'allarme Sappi che la stipsi può precedere di 20 anni la comparsa dei sintomi motori e la depressione, invece, di molti mesi. Il dolore può essere di vario tipo (crampi, sensazione di intorpidimento o bruciore) e riguardare soprattutto le gambe, mentre una ridotta sensibilità olfattiva interessa ben il 70% dei pazienti. Tra i campanelli d'allarme ci sono anche i disturbi del sonno, minore espressività del volto, cambiamenti della voce o del modo di esprimersi, difficoltà di concentrazione e memoria e riduzione della capacità di eseguire compiti complessi o più attività nello stesso momento.

5 Farmaci e terapie Oggi esistono farmaci e terapie (come quella dopaminergica) in grado di contrastare i sintomi della malattia, permettendo un'ottima qualità della vita. Dopo molti anni, però, compariranno nuovi problemi motori ai quali è possibile provvedere con nuove modalità di somministrazione dei farmaci, come le infusioni intestinali o sottocute o con il pace-maker cerebrale. Utile è anche fare movimento, sottoporsi a cicli di fisiochinesiterapia, ginnastica di gruppo, musicoterapia attiva, biodanza e danzaterapia. Importante è contrastare il rischio delle cadute che aumenta con il decorso della malattia e con l'età. Per questo informati sulle precauzioni da adottare e sulle terapie riabilitative e per il miglioramento della deambulazione, dall'allenamento sul tapis roulant all'utilizzo di stimoli visivi e acustici.

Guido Sirtori

DA SAPERE

1 Le cause del Parkinson rimangono sconosciute. Il riscontro di almeno un altro familiare colpito nel 15-18% dei casi potrebbe indicare che esiste in qualche modo una predisposizione familiare.

2 Le nuove frontiere della medicina Una di queste è lo sviluppo di farmaci che hanno lo stesso effetto neuroprotettivo di alcune sostanze esistenti in natura - come il tabacco o il caffè - che inibiscono gli enzimi che danneggiano i neuroni.

3 I sintomi principali sono 3. La rigidità muscolare, spesso attribuita a un'infiammazione articolare, a un reumatismo o a una postura scorretta, potrebbe segnalare l'esordio della malattia. Il tremore, invece, può non essere presente in tutti i malati: nelle fasi iniziali colpisce solo una parte del corpo, spesso le mani, i piedi e le dita. Infine, la lentezza dei movimenti si manifesta all'inizio come una difficoltà a svolgere movimenti "fini" come lo scrivere, il cucire e il radersi.

4 I campanelli d'allarme Sappi che la stipsi può precedere di 20 anni la comparsa dei sintomi motori e la depressione, invece, di molti mesi. Il dolore può essere di vario tipo (crampi, sensazione di intorpidimento o bruciore) e riguardare soprattutto le gambe, mentre una ridotta sensibilità olfattiva interessa ben il 70% dei pazienti. Tra i campanelli d'allarme ci sono anche i disturbi del sonno, minore espressività del volto, cambiamenti della voce o del modo di esprimersi, difficoltà di concentrazione e memoria e riduzione della capacità di eseguire compiti complessi o più attività nello stesso momento.

5 Farmaci e terapie Oggi esistono farmaci e terapie (come quella dopaminergica) in grado di contrastare i sintomi della malattia, permettendo un'ottima qualità della vita. Dopo molti anni, però, compariranno nuovi problemi motori ai quali è possibile provvedere con nuove modalità di somministrazione dei farmaci, come le infusioni intestinali o sottocute o con il pace-maker cerebrale. Utile è anche fare movimento, sottoporsi a cicli di fisiochinesiterapia, ginnastica di gruppo, musicoterapia attiva, biodanza e danzaterapia. Importante è contrastare il rischio delle cadute che aumenta con il decorso della malattia e con l'età. Per questo informati sulle precauzioni da adottare e sulle terapie riabilitative e per il miglioramento della deambulazione, dall'allenamento sul tapis roulant all'utilizzo di stimoli visivi e acustici.

Guido Sirtori

Colpisce 150mila italiani, manifestandosi soprattutto attorno ai 60 anni, ma nel 10 per cento dei casi i sintomi compaiono anche prima dei 40 anni. È la malattia di Parkinson, una patologia degenerativa del sistema nervoso centrale. Chi si ammala subisce una perdita, lenta ma progressiva, di cellule nervose e neuroni in varie parti del cervello, e in modo costante in quella che viene definita la "sostanza nera" i cui neuroni producono un neurotrasmettitore (la dopamina) che influenza il funzionamento delle strutture nervose essenziali per il controllo del movimento. Per questo, la malattia di Parkinson provoca riduzione dell'attività motoria automatica, rigidità muscolare, lentezza nell'esecuzione dei movimenti volontari e tremori. Con il classico cammino lento, la voce ipofonica, l'inespressività del volto. Se contro il Parkinson non esistono cure risolutive, la ricerca, la diagnosi precoce e le terapie possono rallentare l'evoluzione. L'importante, però, è conoscerla e affrontarla senza averne paura. Per questo sabato 26 novembre si svolgerà la **Giornata nazionale della Malattia di Parkinson promossa dalla **Limpe (Lega italiana per la lotta contro la malattia di Parkinson, le sindromi extrapiramidali e le demenze)** e da **Dismov-Sin (Associazione italiana disordini del movimento e malattia di Parkinson)**. Molte strutture sanitarie saranno aperte per offrire informazioni sul Parkinson. Per conoscerle, visita il sito www.giornataparkinson.it o chiama il Numero verde 800149626. Il messaggio della Giornata è sintetizzato dallo spot radio-televisivo cui ha prestato la voce **Andrea Bocelli**: "La malattia di Parkinson non deve cambiare l'armonia della tua vita: affrontala subito!".**

Migliorare la qualità di vita

«La qualità di vita dei pazienti è l'obiettivo principale per cui stiamo lottando», spiega il **professor Ubaldo Bonuccelli, presidente della Limpe**, - e, grazie alla ricerca, oggi è possibile raggiungere questo obiettivo. Abbiamo predisposto un importante progetto di ricerca che verrà sviluppato insieme con **Dismov-Sin**, per verificare l'efficacia di un protocollo riabilitativo sperimentale nella prevenzione delle cadute dei pazienti affetti dal Parkinson. Per sostenere questa ricerca verrà avviata una raccolta fondi per tutto il prossimo anno». La qualità della vita, del resto, non è legata al farmaco o alla visita specialistica, ma a un approccio integrato che prevede anche sostegno psicologico al paziente e alle famiglie, attività riabilitative e ricreative.

«Le attuali cure riducono i sintomi motori anche se non arrestano la malattia», sottolinea il **professor Paolo Barone, presidente di Dismov-Sin**. - Negli ultimi dieci anni sono stati fatti passi da gigante e oggi la malattia è controllata molto meglio».

Guido Sirtori

82 **Intimità**