



Esencijalni tremor : Osnovne informacije za pacijente

ŠTO JE?

Esencijalni tremor(ET) najčešći je poremećaj pokreta. Poznat je još i kao benigni esencijalni tremor, familijarni tremor ili nasljedni tremor. Pacijenti sa ET mogu iskusiti nekontrolirano trešenje, podrhtavanje(tremor) ruku, glave, glasa ili drugih dijelova tijela. Stanje se najčešće javlja u odrasloj životnoj dobi i može se pogoršati s godinama. Tremor se tipično najviše zamijeti kod držanja ruku u ispruženom položaju ili finih pokreta šaka, poput držanja šalice, korištenja žlice ili pisanja. Tremor uobičajeno prestaje ako su šake/ruke potpuno opuštene, kao kada ih se na primjer drži u krilu. Stres često privremeno pogoršava tremor.

KOJI JE UZROK?

Uzrok ET-a je nepoznat, ali kod više od pola pacijenata postoji bar još jedan član obitelji sa tremorom. Istraživači nisu pronašli gen(e) koji uzrokuju ET. Kod pacijenata s obiteljskom anamnezom ET-a simptomi znaju započeti u ranijoj dobi. Iako se smatra da ET nastaje u mozgu, slikovni prikazi mozga kod pacijenata sa ET su uredni.

Ne postoji dijagnostički test za ET. No, vaš liječnik može ispitati vaše uzorke krvi za druga stanja koja bi mogla pogoršati tremor, poput bolesti štitnjače. Neki lijekovi također mogu pogoršati tremor.

MOŽE LI SE LIJEČITI?

Učinkovite terapijske metode za ublažavanje tremora postoje, ali kompletno izlječenje nije trenutno moguće. Korištenje “napunjenih” predmeta, poput šalice i pribora koji su teži nego inače ili čak nošenje malih utega oko zapešća može pomoći nekim pacijentima. Neki pacijenti imaju korist od lijekova. Lijekovi se uglavnom propisuju po principu pokušaja i pogreške. Neki djeluju bolje od drugih, što ovisi o individualnom pacijentu. Lijekovi koji mogu pomoći uključuju :

- Beta-blokatore, poput propranolola
- Antikonvulzive, poput primidona, gabapentina, topiramata i klonazepama

Vaš liječnik možda vam preporuči snižavanje unosa kofeina i stimulansa kao i lijekova koji inače mogu izazivati tremor. Pacijenti s određenim vrstama tremora mogu imati koristi i od injekcija botulinum toksina. Botulinum toksin injicira se u mišiće koji uzrokuju tremor, privremeno ih opuštajući kako bi se umanjio tremor. Ove injekcije moraju se opetovano davati dva do četiri puta godišnje i najučinkovitije su se pokazale u liječenju pacijenata sa tremorom glave ili glasa.

Iako medikamentozna terapija može pomoći nekim od pacijenata i trebalo bi se s njom prvom započeti, kod onih sa teškim tremorom u obzir dolazi i kirurško liječenje. Vaš neurolog savjetovat će vas o najprikladnijim oblicima ovoga liječenja, ovisno o vašem stanju. Postoji više od jedne vrste operacija za ET, a to su :

- Talamotomija : vrsta operacije mozga gdje se oštećuje jedan od njegovih dijelova, talamus
- Duboka moždana stimulacija(DBS) : još jedna vrsta operacije talamusa gdje se tanka žica(elektroda) postavi u talamus i poveže na uređaj nalik pacemakeru ispod kože prsišta
- Druge kirurške metode

JE LI ESENCIJALNI TREMOR OBLIK PARKINSONOVE BOLESTI?

Ne. ET je oko 10 puta češći od Parkinsonove bolesti(PB). Za razliku od ET-a, tremor ruku kod PB je puno vidljiviji kada su ruke opuštene a ne kod vršenja radnji. Drugi znakovi PB, ali ne i ET, uključuju usporenost pokreta, poteškoće hoda i druge simptome

ŠTO MOGU OČEKIVATI U SVOM ŽIVOTU SA ET?

ET ne skraćuje očekivani životni vijek. Tremor se može pojačati s vremenom, ali to pogoršanje je postepeno i proteže se kroz više godina. Eventualno, kod nekih pacijenata može se javiti određeni stupanj onesposobljenosti, poput otežanog pisanja, hranjenja ili pijenja, pa čak i sram zbog svojih tegoba. Blagi tremor većinom ne zahtijeva liječenje, a rano liječenje ne zaustavlja niti ne usporava prirodnu progresiju simptoma. Terapiju razmatrajte samo onda kada tremor utječe na vaš svakodnevni život ili vam uzrokuje zamjetne probleme.