

पार्किन्संस बीमारी के गैर गतिय लक्षण (Non- Motor Symptoms)

गतिय लक्षणों के अतिरिक्त पार्किन्संस बीमारी के परिणामस्वरूप अलग-अलग मात्रा में अन्य लक्षण भी हो सकते हैं। अकसर होने वाले कुछ गैर गतिय लक्षण हैं;

- कब्ज: कम शारीरिक कार्य और /या कम भोजन के साथ-साथ आंत की मांसपेशियों की गति सामान्य से कम हो जाने के कारण । इस लक्षण विशेष का इलाज करना आमतौर पर बहुत आसान है- इसका इलाज सोच-समझ कर भोजन और व्यायाम करके या डॉक्टर से दवाई लेकर किया जा सकता है।
- त्वचा में संवेदनशीलता और दर्द: मरीजों को ऐंठन, दर्द और सुन्न होने का अनुभव , सिहरन की अनुभूति , ठंडा होना या जलन आदि भी हो सकते हैं । अकसर ये लक्षण टांगों में होते हैं हालांकि कमर के निचले हिस्से में दर्द और सिरदर्द होना भी आम बात है।
- बोलने और निगलने में कठिनाइयां: चेहरे/गले की मांसपेशियों के कार्यों में हुए परिवर्तनों के परिणामस्वरूप पार्किन्संस बीमारी वाले कुछ व्यक्तियों की आवाज भी प्रभावित हो सकती है। जिसके कारण आवाज धीमी, रूखी, बेचैनी वाली या हिचकिचाहट वाली हो जाती है। चबाने , निगलने में कठिनाई , मुंह से लार टपकना और मुंह का सूखा होना भी हो सकता है। इन समस्याओं के लिए आवाज तथा भाषा विशेषज्ञ से सलाह ली जानी चाहिए।
- थकान या थकावट: शारीरिक और/या मानसिक थकान होना पार्किन्संस बीमारी में बहुत ही आम बात है। ये सबसे पहले प्रकट होने वाले लक्षणों में से एक हो सकता है। नियमित रूप से व्यायाम करके और आराम की दिनचर्या बनाकर इसमें सुधार किया जा सकता है । यदि थकान का संबंध किसी दूसरे कारण जैसे डिप्रेशन या नींद से संबंधित समस्याओं के कारण है तो पहले इनकी पहचान करके इनका इलाज किया जाना चाहिए।
- नींद में गड़बड़ियां: जैसे बहुत ज्यादा नींद या आरामदायक नींद की कमी का अनुभव भी हो सकता है। ऐसी गड़बड़ियां इनमें से किसी एक लक्षण/णों के

परिणामस्वरूप हो सकती है जिसके कारण आराम का अनुभव करना कठिन होता है जैसे दर्द, अकड़न या बेचैनी। इसके अतिरिक्त पार्किन्संस बीमारी की दवाई के कारण भी नींद प्रभावित हो सकती है।

- डिप्रेशन: पार्किन्संस बीमारी में इसका अनुभव आमतौर पर होता है। कई बार इसका कारण पार्किन्संस बीमारी का पता चलना होता है और कई बार यह पार्किन्संस बीमारी के कारण ही होता है। डिप्रेशन के लक्षणों के अंतर्गत स्वयं के बारे में, अपने आस-पास और भविष्य के बारे में नकारात्मक विचार , प्रेरणा, शक्ति तथा रुचियों में कमी(सामाजिक तथा यौन सहित) खराब नींद और स्मृति , भूख कम होना आदि शामिल हैं। डिप्रेशन का इलाज हो सकता है और इसके बारे में अपने डॉक्टर से चर्चा अवश्य की जानी चाहिए।

*हम चाहते हैं कि आप कृपया यह नोट करें कि यह सूची विस्तृत नहीं है, इसके अंतर्गत अकसर देखे जाने वाले लक्षणों के बारे में बताया गया है।