

УДК 56.12
ББК 616.858
Б79

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в любой форме и любыми средствами без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Российская медицинская академия последипломного образования
Кафедра неврологии
Центр экстрапирамидных заболеваний
Национальное общество по изучению болезни Паркинсона
и расстройств движения
Общественная организация содействия больным паркинсонизмом

Пособие подготовлено О.С.Левиным, Н.В.Федоровой,
В.К.Датиевой, А.Ю.Яблонской, И.П.Ким, В.К.Солтамовой

Болезнь Паркинсона: пособие для пациентов и их родственников / под ред. проф. О.С.Левина. - М. : МЕДпресс-информ, 2014.-128 с. : ил.

ISBN 978-5-00030-075-6

В пособии излагаются основные сведения о болезни Паркинсона, возможностях ее лечения, рекомендуемых для пациента стиле жизни, физической активности и диете.

УДК 56 Л 2
ББК 616.858

ISBN 978-5-00030-075-6 О Оформление, оригинал-макет.
Издательство «МЕДпресс-информ», 2014

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	5
Основные сведения о болезни Паркинсона	7
Что такое болезнь Паркинсона?.....	7
Обследование больных с болезнью Паркинсона	15
Ваше отношение к диагнозу болезни Паркинсона	19
Изменение массы тела	21
Лечение болезни Паркинсона	22
Побочные эффекты, появляющиеся	
при длительном приеме препаратов леводопы ...	28
Нелекарственное лечение	42
Нейрохирургическое лечение.....	43
Коррекция немоторных симптомов	44
Повседневная активность	58
Вы проснулись.....	59
Как сесть в постели	59
Вы встаете с постели.....	60
Утренний туалет и гигиена.....	61
Выход из дома за покупками	64
Прием пищи	64
Уборка квартиры	66
Стирка белья	67
Прогулки	67
Двигательная активность в остальное	
время дня	68
Поездка в гости и прием гостей	69

Приготовление ко сну	70
Советы больным с болезнью Паркинсона, которым предстоит многочасовая поездка в автомобиле, поезде, самолете	72
Ваши взаимоотношения с родственниками, близкими и окружающими вас людьми	74
Ваше поведение при эпизодах ухудшения состояния в течение дня или в течение нескольких дней	75
Падение	76
Социальная защита	79
Лечебная физкультура	81
Комплексы упражнений ЛФК	85
Упражнения для туловища	87
Упражнения для мышц шеи и надплечья	89
Упражнения для мышц плечевого пояса и верхних конечностей	91
Упражнения для мышц тазового пояса и нижних конечностей	95
Упражнения для мышц лица	99
Некоторые дополнительные советы, которые помогут вам преодолеть затруднения в повседневной двигательной активности	100
Ходьба	100
Равновесие	102
Речь	103
Письмо	104
Упражнения для предупреждения падений	106