

# पार्किन्सन्सची नॉन मोटार लक्षणे

डॉ. प्रदिप दिवटे,  
न्यूरॉलॉजिस्ट,  
फोन २५५३३३८०

पार्किन्सन्स झालेल्या रुग्णाकडे जेव्हा आपण पाहतो त्यावेळेस आपणास त्यांचे हात किंवा पाय कापताना दिसतात त्यांच्या हालचाली मंदावलेल्या दिसतात. बोलताना आवाज क्षीण झालेला जाणवतो इत्यादी. पण या 'मोटार' लक्षणांबरोबर काही लोकांना न जाणवणारी पण रुग्णाला भोगावी लागणारी इतर लक्षणे असतात त्यांना 'नॉन मोटार' असे नाव दिले आहे. पार्किन्सन्सच्या रुग्णाचा बराचसा भोगवटा यांच्या मुळे होतो व 'लोकांना दिसत नाही पण मला मात्र त्यातून जावे लागते.' अशी अवस्था असते. यामुळे त्यांच्याकडे आस्थेने पहावे लागते व त्यांच्यावर उपाय योजना कराव्या लागतात.

१) बद्धकोष्ठता : पार्किन्सन्सच्या रुग्णाला अत्यंत छळणारा असा हा त्रास होय. किंबहुना ज्याला बद्धकोष्ठता नाही असा पार्किन्सन्सचा रुग्ण विरळाच. त्यांची कारणे विविध आहेत. औषधे, हालचालीची कमतरता, पाणी कमी पिणे व आजारामुळे होणारी आतड्यांची कमी हालचाल. यासाठी रेशके बदलून-बदलून वापरावीत. आपल्याकडे आयुर्वेदात बऱ्याच प्रकारची चूर्णे या साठी आहेत. पण ती एक सारखी न वापरता काही काळानेच वापरावीत. रेशकांच्या अती सेवनाने आतड्यात इजा उत्पन्न होऊ शकते हे विसरू नये. खाण्यामध्ये गाजर, केळी, सुकी अंजीरे, कोशिंबिरी, पालेभाज्या यांचा वापर करावा. इसबगोल सारखी 'सौम्य रेशके' होता होईल तो वापरावेत. तसेच डॉक्टरांच्या सल्ल्याने Lactulose (२०-३० सि.सि. रात्री) किंवा Polyethylene Glycol Power चा वापर करावा. काही वेळेस सपोजिटरी किंवा एनिमा घ्यावा.

२) अचानक अत्यंत घाम येणे : या मुळे रुग्ण व त्याचे नातेवाईक घाबरून जातात. त्यांना असे वाटते की 'आला आता हार्ट-अटॅक' पण हा घाम जेव्हा गोळ्यांची शक्ति कमी होते त्या वेळेस अथवा हाताच्या हालचाली अत्यंतिक स्वरूपात होतात, त्यावेळेस येत असतो. अशावेळेस घाबरून न जाता रुग्णास सरबत, इलेक्ट्रॉल पावडर पाण्यात मिसळून देणे. असे प्रकार वारंवार होत असल्यास डॉक्टरांच्या सहाय्याने 'रोपीनेरॉल किंवा प्रोमिपेक्सोल' सारखी औषधे वापरावीत.

३) नैराश्य, अस्वस्थता : पार्किन्सन्सच्या रुग्णात शारीरिक अवस्थे बरोबरच मानसिक अवस्थेत बदल होताना दिसतात. असे रुग्ण निर्णय घेण्यास, आजूबाजूच्या वातावरणात रमण्यास, काही नवे करण्यास अनुत्सुक असतात. कामाची

आखणी करण्यात अंग काढून घेतात व शांतपणे दुसऱ्यावर जबाबदारी टाकताना दिसतात. काही रुग्ण नैराश्याने ग्रासलेले दिसतात. त्यांना आयुष्यात रस वाटत नाही. 'आता नको, येथेच थांबावे, सगळे संपले' असे वाटत राहते. बोलताना गहिवरून येणे, कोणाशी बोलणे नको, मिसळवायास नको, एकलकोंडेपणा बरा असे वाटत राहते. रात्री झोप न येणे, अन्नावर वासना नसणे ही लक्षणे दिसतात. नैराश्य ही सुद्धा पार्किन्सन्सची सखी-सजणीच होय अशा नैराश्य ग्रस्त रुग्णांना कौटुंबिक आधार, जोडीदाराचा आधार, डॉक्टरांचा आधार व त्याच बरोबर औषधांचा वापर जरूरीचा असतो.

पार्किन्सन्सच्या रुग्णांना अस्वस्थता, घाबरटपणा याने देखिल घेरले जाते. बाहेरजाताना, नवख्यालोकांसमोर, चार-चौघांत मिसळताना ही अस्वस्थता बेजार करते व आता इथून काढता पाय घ्यावा असे वाटते. तसेच अचानक औषधांचा असर कमी पडून कडकपणा येऊन तो घात करेल का किंवा एकदम हालचाली वाढून चार-चौघात आपले वैगुण्य उघडे पडेल का असे वाटते. एक गोष्ट लक्षात ठेवावी की सर्वसामान्य जनांना पार्किन्सन्स रोगाबद्दल खोलवर नसेल पण माहिती असते व अशा रोग्यांकडे पाहण्याची सवय असते, त्यामुळे जरी काही 'विपरित झाले' तरी मनाचा तोल जाऊ देऊ नये. ही अस्वस्थता किंवा "कड्याच्या टोकाला" आलेली मानसिकता औषधोपचाराने कमी होते, आटोक्यात येते.

४) भास होणे : पार्किन्सन्सचा आजार जसा वाढतो तसे कधीकधी दृष्य स्वरूपातले भास होऊ लागतात. माणसे येता आहेत, माझ्या जवळ कोणी बसले आहे; ही लहान मुले येथे खेळत आहेत अशा प्रकारचे भास होतात. अशी व्यक्ती आपल्या जोडीदारास ही लक्षणे सांगतात व विचारतात की 'तुम्हाला असे दिसत नाही कां?' अशा प्रकारचे त्रास औषधांमुळे होत नाहीत ना हे पाहणे जरूरीचे असते. आजार जसा वाढतो तसे भास होत राहणे हा एक टप्पा असू शकतो. अशा वेळेस काही औषधे टाळणे, त्यांचा डोस कमी करणे व औषधे जबाबदार नसल्यास या भासांवर इतर औषधांचा वापर करणे जरूरीचे ठरते.

काही वेळेस शेजारच्या वा घरच्याच व्यक्तीवर, समोरच्या घरात राहणाऱ्या व्यक्तीवर संशय व्यक्त केला जातो. तो किंवा ती आपल्यावर हल्ला करणार किंवा ते माझ्या विरुद्ध बोलत

पार्किन्सन्स बरिल औषधे आपल्या मनाप्रमाणे मधेच बंद करू नका किंवा कमी जास्त करू नका.

आहेत किंवा सगळे जग माझ्या विरोधात आहे असे आभास होऊ लागतात. यासाठी मानसिक रोग तज्ञांचा तात्काळ सल्ला घेणे आवश्यक आहे. योग्य त्या औषधोपचारांनी ही व्याधी बरी होते.

५) स्मरणशक्तिचा न्हास : जसा पार्किन्सन्सचा आजार वाढत जातो तसा साधारणपणे ७-८ वर्षांच्या किंवा नंतरच्या काळात काही रुग्णांना विस्मरणाचा त्रास होऊ लागतो. नांवे, दिवस, महिना, साल, नाते संबंध, घरचा पत्ता, टेलिफोन नंबरस न आठवणे, पेपरमधले वाचलेले मथळे, फोनवर दिलेले निरोप, सकाळी कोण येऊन गेले, काल काय घडले वगैरे स्मरणतून गहाळ होऊ लागतात. पूर्वीची ही व्यक्ती आता राहिलीच नाही असे जवळपासच्या लोकांना वाटत राहते. स्वतःचे कपडे, स्वच्छतेच्या कल्पना बदलतात किंवा नाहीशा होत जातात. अशा व्यक्तींना कुटुंबियांचा आधार, आपल्या जोडीदाराची सोबत व योग्य त्या औषधांचा वापर उपकारक ठरतो.

६) झोपेच्या तक्रारी : पार्किन्सन्सचे रुग्ण हे सकाळी चहा-नाश्ता झाल्यावर एक डुलकी किंवा झोप घेतात. तशी झोप झाल्यानंतर ते तरतरीत होतात. तसेच दुपारी वामकुक्षी घेतल्यानंतर सायंकाळी / रात्री ताजेतवाणे होतात. रात्रीची शांत झोप झाल्यावर दुसरे दिवशी बरेच रुग्ण मनाने व शरिराने एकदम उत्साही वाटतात. रात्रीची झोप अशा रुग्णांना शांत लागत नाही. वारंवार बाथरूमला जाणे, रात्री हाताचा कंप अचानक वाढणे, मंदावलेल्या हालचाली, नैराश्य, मानसिक अस्वस्थता यामुळे झोप वारंवार मोडते. त्यामुळे दिवसा पेंग येणे, झोप लागणे असे प्रकार घडतात. रात्रीच्या वेळेस अशा व्यक्ति अचानक एकदम उठण्याचा प्रयत्न करतात. जणूकाही दुसऱ्याशी बोलताना, हातवारे करताना किंवा त्यांच्यावर

हल्लाकरण्याचा प्रयत्नात आढळतात. अशा वेळेस ते स्वतःला व इतरांना इजा करू शकतात. अशा रुग्णांना झोपेच्या छोट्या डोसेस ने मदत होते.

७) वेदना : पार्किन्सन्सची सुरुवातच कधीकधी हात किंवा शरीराचा काही भाग दुखणे, सांधे दुखणे, सांधे आखडणे, शरीराच्या काही भागाची जळजळ यांनी होते. पायात अचानक गोळे येणे, घालताना पायाचे स्नायू अचानक दुखणे व त्यामुळे थांबावे लागणे असे प्रकार आढळतात. औषधांचा परिणाम कमी झाल्यावर पाय वा हात वाकडे होऊन वेदना होणे किंवा सकाळी उठल्यानंतर पाय वाकडा होऊन दुखणे असे होते. गोळ्यांचा परिणाम झाल्यानंतर हा हात वा कडक झालेला पाय मोकळा होऊन या वेदना थांबतात. तसेच वरील सांगितलेली काही लक्षणे पार्किन्सन्सच्या औषधांनी कमी किंवा नाहीशी होतात.

या लेखात काही लक्षणांची थोडक्यात विवेचना केलेली आहे. कित्येक वेळेस पार्किन्सन्सच्या रुग्णांना व इतर काही आजारी नसलेल्या व्यक्तींना ही लक्षणे माझ्या तक्रारींशी तंतोतंत जुळत आहेत असे वाटून डॉक्टरांकडे धाव घेऊन मला हा (नसलेला) रोग तर झाला नाही ना किंवा असलेला रोग ही तर वळणे घेणार नाही ना अशी भिती वाटू लागते. त्यांना आवर्जून सांगावेसे वाटते की अशी लक्षणे प्रत्येकात दिसतातच असे नाही. तसेच अशी शंका वाटल्यास आपल्या तज्ञ डॉक्टरांशी त्यावर विचारविनिमय करण्याने हा मनावरचा बोजा कमी होण्यास मदत होईल.