

Всемирный день борьбы с болезнью Паркинсона: попробуем лучше двигаться!

11 апреля 1755 г. родился Джеймс Паркинсон (1755-1824) – английский сельский врач и исследователь, который в 1817 г. в «Эссе о дрожательном параличе» впервые описал неврологическое заболевание с характерными признаками: акинезией, скованностью, дрожанием конечностей и нарушением походки. Впоследствии болезнь была названа его именем. Всемирная организация здравоохранения предложила 11 апреля отмечать День борьбы с болезнью Паркинсона (БП). Целью мероприятия, которое проводится разных странах, является максимальная поддержка больных этим тяжелым недугом.

Голландский садовник Ван дер Верелд, страдающий БП, в 1980 г. вывел новый вид тюльпана и назвал его Доктор Джеймс Паркинсон. Красно-белый тюльпан стал символом для общественных объединений пациентов с БП во всем мире. Цветок символизирует мужество, протест, пробуждение к жизни, борьбу с недугом и веру в преодоление заболевания. Тюльпан присутствует и на логотипе Европейской ассоциации болезни Паркинсона (European Parkinson's Disease Association, EPDA), которая в 2012 г. отмечала 20-летний юбилей. С 1997 г. членом EPDA является Украинская ассоциация по борьбе с паркинсонизмом, которая объединяет пациентов и специалистов, занимающихся этой проблемой.

В Европе в настоящее время насчитывается 1,2 млн людей, живущих с БП, по прогнозам экспертов, к 2030 г. эта цифра может удвоиться. Связано это не только с совершенствованием диагностики, но и с реальным ростом заболеваемости.

День БП отмечается и в украинских клиникеских центрах, где занимаются лечением этого заболевания. В г. Киеве встреча проходила в актовом зале Института геронтологии им. Д.Ф. Чеботарева НАМН Украины, на базе которого работают отдел клинической физиологии и патологии экстрапирамидной нервной системы, клинический Центр паркинсонизма, где пациенты, страдающие этим заболеванием, могут пройти всестороннюю диагностику и получить специализированную помощь.

В мероприятии приняли участие более 100 пациентов и их родственников. Руководитель центра – президент Украинской ассоциации по борьбе с паркинсонизмом, доктор медицинских наук, профессор Ирина Николаевна Карабань – открыла встречу лекцией, в которой напомнила основные принципы медико-социальной помощи пациентам с БП, рассмотрела современные возможности фармакотерапии и немедикаментозные методы реабилитации. Особое внимание было уделено такому перспективному направлению, как танцевальная терапия.

Было подчеркнуто, что при адекватных терапии и социально-реабилитационных мероприятиях наличие БП может не влиять на существенное сокращение продолжительности жизни. Основная проблема – нарушение качества жизни больных на всех, особенно на поздних, стадиях заболевания,

обусловленное моторными и немоторными симптомами. Качество жизни – это интегральный показатель, отражающий степень адаптации пациента к болезни. Прогрессирующие нейродегенеративные заболевания, такие как БП, определяют ограничения определенных аспектов повседневной жизнедеятельности, которые по мере приближения терминальной стадии усиливаются, вплоть до полной зависимости от окружающих. Поэтому основная цель лечения пациентов с БП – это поддержание приемлемого уровня качества жизни на фоне компенсации моторного дефицита и контроля сопутствующих симптомов.

Для этого важно обеспечить конструктивный диалог врача и пациента. Чтобы врач лучше понимал, какие аспекты (симптомы) болезни оказывают наибольшее негативное влияние на качество жизни пациента, и мог лучше контролировать эффективность лечения в динамике, необходимо рекомендовать больному специальные инструменты самооценки, такие как карта самочувствия пациента с БП (Parkinson's Well-Being Map).

Основой медикаментозной терапии БП остаются леводопа и дофаминергические препараты. Профессор И.Н. Карабань отметила перспективные направления: применение лекарственных форм агонистов дофаминовых рецепторов пролонгированного действия, физические методы реабилитации с использованием специальных устройств (имитаторов ходьбы, нагрудных костюмов).

Важными составляющими ведения пациентов с БП являются психологическая поддержка, рациональная психотерапия и лечебная физкультура. Один из методов – танцевально-двигательная терапия (danse-терапия), объединяющая эти три составляющие, в последнее время активно развивается в США и некоторых европейских странах. Хорошо известно, что движение и танец улучшают физическое и эмоциональное состояние человека. Существуют следующие предпосылки для использования данного подхода именно у пациентов с БП:

- во время танца активируются области головного мозга, активность в которых снижена при БП;
- танец помогает сфокусироваться на шаге и ходьбе, повышая автоматизм движений;



• ритмические звуки, движения, образы воздействуют альтернативные пути передачи сигналов и могут улучшать координацию движений;

• любой навык приобретается и развивается при тренировке – танец и есть необходимая тренировка.

У пациентов, которые занимались танцевально-двигательной терапией, наблюдались улучшение равновесия; увеличение скорости ходьбы и длины шага; облегчение вставания из положения сидя; улучшение ходьбы по ступенькам; улучшение познавательных функций. Естественно, что перечисленные положительные изменения повышают общее качество жизни больных. Кроме того, участие в танцевальных группах – это расширение круга общения, развитие и самовыражение. Для людей с БП очень важны групповые занятия с себе подобными, это помогает преодолеть комплекс неуклюжести, появляется мотивация равняться на лидеров и подбадривать тех, кто из-за более тяжелого неврологического дефицита двигается хуже. И.Н. Карабань продемонстрировала несколько слайдов об успешном опыте зарубежных танцевальных школ, которые занимаются с группами таких больных, и процитировала слова Дэвида Левенталя, одного из инструкторов с 12-летним опытом работы: «Когда люди приходят в группу, они боятся двигаться... Кто-то однажды сказал: «Вы не захотите смотреть на меня, потому что я танцую не очень красиво». – И я ответил: «Наоборот – это прекрасно, потому что это уникально. Никто другой не двигается так же, как это делаете вы».

Сотрудники Института геронтологии проводят День борьбы с БП уже не первый год, находят слова поддержки для больных и членов их семей, успевают ответить на все интересующие вопросы. После лекции профессора И.Н. Карабань методист лечебной физкультуры Нина Николаевна Кожарина провела с гостями мероприятия небольшое занятие по danse-терапии.

Несмотря на сложную ситуацию с нарастающим вооруженным конфликтом, 28 апреля День борьбы с БП проходил в г. Луганске. В конференц-зале городской поликлиники № 10 собрались ведущие специалисты области по БП, 44 пациента, а также их родственники. Встречу открыла врач-невролог высшей категории Елена Владимировна Воскобойникова, которая занимается проблемой БП в Луганской области. С докладом «Новые возможности лечения паркинсонизма. Попробуем лучше двигаться» выступила городской сосудистый невролог Ирина Борисовна Пепенина. Затем состоялась викторина: гости назвали по фотографиям имена известных людей, которые страдали БП, и получали за это призы. Тренер-педагог танцевально-спортивного клуба «Лидер» Артем Копанев на высоком профессиональном уровне провел мастер-класс danse-терапии. Специально для пациентов с БП были предложены танцевальные движения румбы и вальсы. Все участники получили методическую литературу по особенностям питания и лечебной физкультуре, каждому пациенту вручили букет тюльпанов – символ EPDA.

Традиционно День борьбы с БП состоялся и в г. Харькове. Мероприятие на высоком уровне провела ведущий научный сотрудник отдела нейроинфекций и рассеянного склероза Института неврологии, психиатрии и наркологии НАМН Украины, доктор медицинских наук Ирина Вячеславовна Богданова.

В Украине пациенты с паркинсонизмом, преимущественно люди пожилого возраста, пенсионеры, долгое время оставались в тени забвения общества и государства. И сегодня многие проблемы еще не решены: не все больные имеют доступ к высококвалифицированной медицинской помощи, не выполняется запланированное в бюджете льготное обеспечение противопаркинсоническими препаратами. Но проведение таких мероприятий вселяет оптимизм. Воплощение в жизнь инициатив клинических центров паркинсонизма, проводимых в партнерстве с проектами социальной ответственности бизнеса фармацевтических компаний и с общественными организациями, дает надежду на то, что люди с БП в нашей стране будут жить и чувствовать себя лучше.

Подготовил **Дмитрий Молчанов**

