

فهم
مرض
باركينسون

Understanding
Parkinson's
disease



ما هو مرض باركينسون؟

باركينسون هو حالة تؤثر على الحركة. الأشخاص الذين لديهم باركينسون لديهم مشاكل في السيطرة على عضلات الجسم بسبب خلل في الرسائل من المخ.

نحن لا نعرف أسبابه، ولكن الأشخاص الذين لديهم باركينسون لديهم مستويات منخفضة من المادة الكيميائية في الدماغ تسمى دوبامين. تساعد دوبامين الدماغ على السيطرة على العضلات وتحريك الجسم بسلاسة وبسهولة.

على مر الزمن، فإن الأشخاص الذين لديهم باركينسون يصبح لديهم دوبامين أقل وأقل، مما يجعل الحركة أكثر صعوبة.

يتقدم باركينسون ببطء. وقد تستغرق الأعراض عدة سنوات قبل أن تبدأ في التسبب بمشاكل كبيرة في الحياة اليومية. عندما تفعل ذلك، فإن كثير من هذه الأعراض يمكن السيطرة عليها بالعلاج والدعم.

يمكن للأشخاص
الذين لديهم باركينسون أن
يستمتروا في التمتع بحياة طويلة ومثمرة.

What is Parkinson's disease?

Parkinson's disease is a condition that affects movement. People with Parkinson's have problems controlling the muscles of the body due to a breakdown of messages from the brain.

We do not know its causes, but people with Parkinson's have low levels of a brain chemical called dopamine. Dopamine helps the brain to control the muscles and move the body smoothly and easily.

Over time, people with Parkinson's have less and less dopamine, making movement more and more difficult.

Parkinson's progresses slowly. It may take many years before symptoms begin to cause major problems with daily life. When they do, many of these symptoms can be managed with treatment and support.

People with
Parkinson's disease can
continue to enjoy a long and
productive life.



كيف يؤثر باركينسون على الناس؟

يؤثر باركينسون على كل شخص بشكل مختلف ويمكن أن تتفاوت الأعراض في أيام مختلفة.

الأعراض الرئيسية لباركينسون هي:

- الارتجاف أو الارتجاج
- عضلات متيبسة أو مشدودة
- حركة بطيئة أو صعوبة البدء بحركة ما أو إيقافها
- مشاكل في التوازن أو صعوبة الوقوف بشكل مستقيم.

يمكن أن يسبب باركينسون مشاكل للأنشطة اليومية مثل المشي، أو النهوض من الكرسي أو التقلب في السرير. كما يمكن أن يؤثر على الحركات الصغيرة مثل الكتابة، أو الطباعة، أو الحلاقة أو تزيين الملابس.

تشمل المشاكل الشائعة الأخرى: التعب، أو الاكتئاب، أو الإمساك، أو صعوبة في التحدث أو البلع ومشاكل عمل أكثر من شيء واحد في وقت واحد.

How does it affect people?

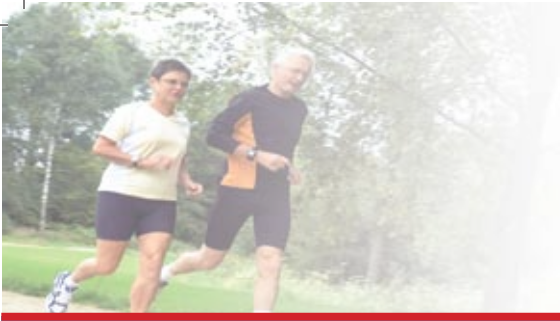
Parkinson's affects each person differently and symptoms can vary on different days.

The main symptoms are:

- Shaking or trembling.
- Stiff or tight muscles.
- Slow movement or difficulty starting or stopping a movement.
- Balance problems or difficulty standing up straight.

Parkinson's can cause problems with daily activities such as walking, getting out of a chair or turning over in bed. It can also affect small movements such as writing, typing, shaving or buttoning up clothes.

Other common problems include: tiredness, depression, constipation, difficulty speaking or swallowing and problems doing more than one thing at a time.

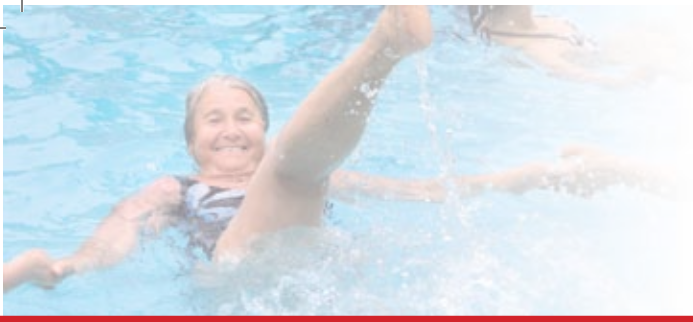


حقائق عن باركينسون

- باركينسون هو واحد من حالات الدماغ الأكثر شيوعا في استراليا
- يتم تشخيص ٢٥ شخصا كل يوم
- هو أكثر شيوعا بين الاشخاص الذين تتراوح أعمارهم أكثر من ٦٠ عاما ولكن يمكن أن يؤثر على البالغين من أي عمر.
- باركينسون لا يسبب الوفاة والكثير من الناس يعيشون حياة طويلة ومثمرة مع باركينسون.
- يؤثر على كل من الرجال والنساء من كل الثقافات وأساليب الحياة.
- باركينسون ليس معديا، مما يعني أنه لا يمكنك أن تصاب به بالعدوى أو تنتقله الى شخص آخر.
- عادة ليس وراثي.
- لا نعرف ما هي أسبابه
- تساعد الأدوية في السيطرة على الأعراض، ولكن لا يوجد علاج معروف.
- علاجات وأدوية جديدة وافضل هي الآن قيد البحث.

Facts about Parkinson's disease

- Parkinson's is one of the most common brain conditions in Australia.
- 25 people are diagnosed every day.
- It is more common among people aged over 60 years, but it can affect adults of any age.
- It does not cause death and many people live a long and productive life with Parkinson's.
- It affects both men and women from all cultures and lifestyles.
- It is not contagious, so you can not catch it or pass it on to someone else.
- It is not usually hereditary.
- We do not know what its causes are.
- Medications help to control symptoms, but there is no known cure.
- New and better treatments and medications are being researched.



العلاج

من المهم جداً للأشخاص الذين لديهم باركينسون أن يذهبوا إلى طبيب إختصاصي مثل إختصاصي الأمراض العصبية للحصول على المشورة بشأن ما هو متوفر من العلاجات والمراقبة المستمرة.

يمكن أن يقدم موظفوا الصحة الآخرين الدعم والمعلومات والعلاج والمداوة للمساعدة في الحياة اليومية.

Treatment

It is very important that people with Parkinson's see a specialist doctor such as a neurologist for advice on available medications and ongoing monitoring.

Other health workers can provide support, information, treatment and therapies to help with daily living.

مؤسسة باركينسون استراليا يمكنها أن تساعد

يمكن لموظفي الصحة الإختصاصيين التابعين لنا تقديم الدعم والمعلومات عبر الهاتف أو شخصيا. ونحن نساعد الأشخاص الذين لديهم باركينسون، وأسرهم، واصدقائهم ومقدمي الرعاية. ولدينا صحائف المعلومات والمساعدة في لغات مختلفة تشمل عددا كبيرا من المواضيع. كما أننا نعقد جلسات معلوماتية منتظمة للناس لكي يحضرونها لمعرفة المزيد من المعلومات. نستطيع أن نوصلك مع أشخاص آخرين يعيشون مع باركينسون في جاليتك. نستطيع أن نعطيك معلومات عن أين تذهب للمزيد من المساعدة في منطقتك.

اتصل بباركينسون استراليا للحصول على
المعلومات واد بلا: 1800 644 189

إذا كنت بحاجة الى مترجم لمساعدتك على إجراء
اتصال عبر الهاتف: اتصل على هاتف رقم 131 450
واطلب مترجم لربطك بمؤسسة باركينسون استراليا
في ولايتك أو مقاطعتك. هذه خدمة مجانية.

We can help

Our specialist health workers can give support and information over the phone or in person.

We help people with Parkinson's, their families, friends and carers.

We have information and Help Sheets in various languages covering many topics.

We run regular information sessions for people to come and learn more.

We can put you in touch with other people in your community who are living with Parkinson's.

We can give you information about where to go for further help in your area.

For information & support contact:
1800 644 189

If you need an interpreter to help you communicate over the phone: Phone **131 450** and ask for an interpreter to connect you to Parkinson's Victoria. This is a free service

1800 644 189

او اتصوينا، حمة عسدد بم ن في عفة:

Or contact your local Parkinson's disease
support organisation:

ثا انج مثلد امونا، نن ايتوكفي
م عم الصد نوق الخيري لر سئ البلدية.

Parkinson's Victoria acknowledges the support of the
Lord Mayor's Charitable Foundation, which enabled
the production of this information resource.



ا وليل / برمتبس ٢٠٠٨

ا غيريتوكفونة علا اي ءف، او ءف في ثا انج ثلد.
مونا، ن م سم

Parkinson's Victoria is not liable for any error or
omission in this publication.

© Parkinson's Victoria