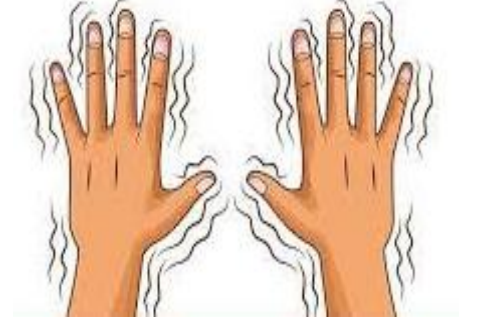


ट्रेमर्स (कंप)

तुम्हाला काय माहित असणे आवश्यक आहे:

ट्रेमर्स म्हणजे काय?

ट्रेमर्स ही एक हालचाल आहे जी आपण नियंत्रित करू शकत नाही जी लयमध्ये होते. ट्रेमर्स बहुतेकदा हातांमध्ये येतात. इतर सामान्य ठिकाणी डोके किंवा चेहरा, खोट किंवा पाय यांचा समावेश होतो. जेव्हा एखादी व्यक्ती बोलते तेव्हा आवाजाला थरकाप आणि थरथरणारा आवाज देखील असू शकतो. मज्जातंतूंच्या समस्येमुळे, खूप जास्त थायरॉईड संप्रेरकांमुळे किंवा विशिष्ट औषधे, कॅफीन किंवा अल्कोहोलमुळे ट्रेमर्स येऊ शकतो. ट्रेमर्स तात्पुरते किंवा कायमचे असू शकतात. ट्रेमर्स दूर जाऊ शकतात आणि परत येऊ शकतात किंवा तणावामुळे आणखी वाईट होऊ शकतात. ट्रेमर्स कोणत्याही वयात येऊ शकतात, परंतु ६० नंतरच्या वर्षात ते अधिक सामान्य असतात.



ट्रेमर्स धोका कशामुळे वाढतो?

- वाढते वय
- काही औषधे, जसे की स्टिरॉइड्स, अँटीसायकोटिक्स किंवा अम्फेटामाइन्स
- ट्रेमर्स कौटुंबिक इतिहास
- पार्किन्सन रोग, एकाधिक स्कलेरोसिस, थायरॉईड समस्या किंवा यकृत निकामी होणे यासारखी स्थिती
- मेंदूला झालेली दुखापत, स्ट्रोक किंवा तुमच्या मेंदूच्या स्टेमवर परिणाम करणारा आजार
- अल्कोहोलचे सेवन, किंवा दारू सोडणे

ट्रेमर्स कारण कसे निदान केले जाते?

- रक्त किंवा मूत्र चाचण्या
- न्यूरोलॉजिकल परीक्षा
- सीटी किंवा एमआरआय
- इलेक्ट्रोमायोग्राम

ट्रेमर्स कसे हाताळले जातात?

- काही प्रकारचे ट्रेमर्स नियंत्रित करण्यात मदत करण्यासाठी औषधे वापरली जाऊ शकतात.
- काही प्रकारचे ट्रेमर्स नियंत्रित करण्यासाठी डीप ब्रेन स्टिम्युलेशनचा वापर केला जातो. विद्युत प्रवाह मेंदूच्या त्या भागांमध्ये वितरित केले जातात जे हालचाली नियंत्रित करतात. विद्युतप्रवाहांमुळे ट्रेमर्स विस्कळीत होतो.
- थॅलामोटॉमी ही एक शस्त्रक्रिया आहे जी इतर उपचारांनी कार्य करत नसल्यास काही प्रकारचे ट्रेमर्स नियंत्रित करण्यासाठी वापरली जाऊ शकते. शस्त्रक्रियेदरम्यान, थॅलेमसचे काही भाग नष्ट केले जातात. थॅलेमस हा मेंदूचा एक छोटा भाग आहे. हे मेंदूच्या आत खोलवर स्थित आहे आणि हालचालींवर नियंत्रण ठेवण्यास मदत करते.

लक्षणे व्यवस्थापित करण्यासाठी आपण काय करू शकतो?

- मज्जातंतूवर परिणाम करणारे कॅफीन किंवा इतर रसायने घेऊ नका.
- निर्देशानुसार शारीरिक आणि व्यावसायिक थरपीट्या .
- हालचाली नियंत्रित करण्यास मदत करतील अशा वस्तू वापरा.
- झोपेचे नियमित वेळापत्रक सेट करा. झोपेच्या कमतरतेमुळे ट्रेमर्स आणखी वाईट होऊ शकतात. प्रत्येक रात्री एकाच वेळी झोपण्याचा प्रयत्न करा आणि प्रत्येक सकाळी त्याच वेळी उठावे.

Reference: Micromedex's Care Notes System Online 2.0