



چرا بعضی‌ها دچار لرزش بدن می‌شوند؟

لرزش یکی از شایع‌ترین حرکات غیرارادی است که در بدن رخ می‌دهد و عضلات قسمت‌های مختلف بدن مانند دست‌ها، بازوها، سر، صورت، تارهای صوتی، تنه و پاها را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

لرزش حرکات ناخواسته و مکرری است که عضلات بدن را درگیر می‌کند.

لرزش یکی از شایع‌ترین حرکات غیرارادی است که در بدن رخ می‌دهد و عضلات قسمت‌های مختلف بدن مانند دست‌ها، بازوها، سر، صورت، تارهای صوتی، تنه و پاها را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

در اغلب افراد لرزش دست‌ها رخ می‌دهد و در برخی افراد، لرزش به دلیل اختلالات عصبی بروز می‌کند. حتی ممکن است لرزش در افراد سالم نیز دیده شود.

اگرچه لرزش، تهدید کننده زندگی نیست، ولی نوعی معلولیت (عدم توانایی انجام برخی کارها) به حساب می‌آید و باید با شناخت علل بروز آن، احتمال رخ دادن آن را به حداقل میزان ممکن رساند.

لرزش ممکن است در هر سنی رخ دهد، اما سن شایع لرزش، میانسالی و پیری می‌باشد. لرزش می‌تواند موقتی و یا دائمی باشد. شیوع لرزش در مردان و زنان مساوی است.

زمانی که فرد خسته است و یا استرس دارد، لرزش به صورت شدیدتری بروز می‌کند.

تقسیم بندی لرزش‌ها

1- لرزش در زمان استراحت :

این نوع لرزش زمانی رخ می‌دهد که عضله آرام است، مانند وقتی که دست‌ها روی پاها قرار می‌گیرند. این نوع لرزش در بیماران مبتلا به پارکینسون دیده می‌شود.

2- لرزش در زمان فعالیت جسمی

این نوع لرزش در عضلاتی که در حال فعالیت هستند رخ می‌دهد که خود به انواع زیر تقسیم می‌شود :

- لرزش وضعیتی: زمانی رخ می‌دهد که فرد می‌خواهد حالتی را بر خلاف نیروی جاذبه زمین حفظ کند، مثل وقتی که فرد روزنامه‌ای را از زمین بر می‌دارد.

- لرزش جنبشی: در طول حرکات ارادی اتفاق می‌افتد، مثل زمانی که فرد طی آزمایشات پزشکی بینی خود را می‌خاراند.

- لرزش کارهای خاص : لرزش‌هایی که طی کارهای ماهرانه مثل نوشتن و صحبت کردن اتفاق می‌افتد.

- لرزش ایزومتریک (هم اندازه): در طی انقباض ارادی عضلات رخ می‌دهد که با انجام حرکت همراه نیست.

چه عواملی سبب بروز لرزش می‌شوند؟

- اغلب لرزش در اثر بروز مشکلات در برخی قسمت‌های مغز که کنترل عضلات در سراسر بدن و یا در مناطق خاص را به عهده دارند، اتفاق می‌افتد.

- اختلالات عصبی مثل بیماری ام اس، سکته مغزی، آسیب مغزی و یا آسیب هایی که سبب از بین بردن بخشی از سلول های ساقه مغز و یا مخچه می شوند.

- علت دارویی : به دلیل استفاده از برخی داروها (مانند آمفتامین ها، کورتیکواستروئید ها و داروهایی که برای درمان برخی از اختلالات روانی مصرف می شوند) ، مسمومیت جیوه

- سوء مصرف موادمخدر

- مصرف الکل

- تیروئید پرکار

- نارسایی کبدی

- لرزش با علت ارثی: لرزش می تواند در خانواده به صورت موروثی منتقل شود.

- بیماری پارکینسون

- مصرف زیاد کافئین

- بیماری ویلسون

- لرزش با علل نامشخص

چه عواملی سبب تشدید لرزش می شود؟

عواملی مانند خستگی زیاد، عصبانیت، ترس، کافئین و سیگار لرزش را بدتر می کنند.

لرزش چگونه تشخیص داده می شود؟

برای تشخیص اختلال لرزش، پزشک متخصص مغز و اعصاب، با انجام یک سری معاینات، عملکرد سیستم عصبی، مهارت های حسی و انجام حرکات ارادی فرد را بررسی می کند.

پزشک متخصص آزمایشاتی برای فرد تجویز می کند تا احتمال برخی بیماری های مشابه را بررسی کند (باید متذکر شد که لرزش ممکن است با بیماری پارکینسون اشتباه گرفته شود). آزمایشاتی مانند :

- آزمایش خون : پزشک متخصص با بررسی آزمایش خون، عملکرد غده تیروئید را بررسی می کند.

- سی تی اسکن : با استفاده از اشعه X ، امکان مشاهده مغز را به صورت سه بعدی به پزشک می دهد .

- ام آر آی : بررسی دقیق مغز و اعصاب

تذکر

اگر چه لرزش، اختلالی نیست که منجر به مرگ فرد شود، باید این را دانست افرادی که در اثر بیماری ویلسون به لرزش دچار شوند و کمتر از 50 سال سن دارند، اگر تحت نظر پزشک نباشند، این بیماری برایشان مشکل ساز خواهد شد.

بیماری ویلسون یک بیماری ژنتیکی است که در اثر نقص ژن ها بروز می کند و آنزیمی نمی سازد که در عملکرد مغز و کبد مشکل ساز شود.

