ỊGHỌTA ỌRỊA PARKINSON

Ntuziaka mmalite

Site na Parkinson's Africa na IPDGC-Africa

Ọbụrụ na ịchọrọ akwụkwọ a, biko kpọtụrụ:

Parkinson's Africa
www.parkinsonsafrica.org
teamafrica@parkinsonsafrica.org

IPDGC - Africa
www.ipdgc-africa.com
mierizig@ipdgc-africa.com

Nkwuputa nke ngọnarị

Ewekọtara akwụkwọ a ọnụ maka naanị ebumnuche ozi na nkuzi. E kwesịghị ịkọwa ya ka ọ bụrụ nchoputa, ọgwụgwọ ma ọ bụ ụdị ndụmọdụ nlekọta ahụike ọ bụla. Onye na-agụ kwesịrị ịchọ ndụmọdụ ahụike ma ọ bụ ọkachamara nke onwe ya ma ghara ịdabere na ozi dị n'ime akwụkwọ a dịka ihe ọzọ na ndụmọdụ ahụike sitere n'aka ndị dọkịta ha ma ọ bụ ndị ọkachamara nlekọta ahụike ndị ọzọ. Ndị mepụtara, kesaa ma kwado akwụkwọ a na-ekwupụta ngọnarị ọrụ ọ bụla na ibu ọrụ nke ụdị ọ bụla metụtara ka onye na-agụ si na-eji ozi dị ebe a.

Ihe di n’ime akwụkwọ a

Okwu mmalite	2
Banyere ọrịa Parkinson	3
Mgbaàmà nke ọrịa Parkinson	5
Ịchọpụta ọrịa Parkinson	9
Nhọrọ ọgwụgwọ	10
Ezi nri	14
Mmega ahụ	16
Ibi na ọrịa Parkinson	18
Ịbụ onye nlekọta	20
Nkwado	21
Akụrụngwa nkwado	23
Nkwenye	24

PARKINSON'S AFRICA

Ọrịa Parkinson na Africa

Ọrịa Parkinson bụ ọrịa akwara ozi nke abụọ kacha eto ngwa ngwa a na-ahụkarị (mgbe nke ana akpọ “Alzheimer” na asụsụ bekee gasịrị) n'ụwa, ana-atụ anya na ngbasa ọrịa Parkinson n'ofe Africa ga-ebili nke ukwuu n'afọ ndị na-abịa. Site na mmụba a tụrụ anya na-abịa, ọdị mkpa ukwuu ka egboo enweghị mmata, echiche na- ezighi ezi na mkparị gbara Parkinson gburugburu na Africa.

Mmepụta akwụkwọ a bụ akụkụ nke nnukwu atụmatụ - Mgbasa ozi **S.E.E. Parkinson**, nke Parkinson's Africa na IPDGC-Africa jikọtara ọnụ iji gboo ụkọ nke akụrụngwa mmụta na ozi Parkinson dị mkpa na Africa. Iji mụtakwuo maka atụmatụ a, ma ọ bụ iji nweta ntụgharị asụsụ ndị ọzọ nke akwụkwọ a, biko gaa na **www.parkinsonsafrica.org** ma ọ bụ **www.ipdgc-africa.com**.

Ọ bụrụ na ị nwere Parkinson ma ọ bụ na-achọ ịmatakwu gbasara ọrịa ahụ, achikotara akwụkwọ a ọnụ maka gị. Anyị ghọtara na ịchọputa na mmadu nwere Parkinson nwere ike ịbụ ihe mmetụta uche, ma eleghị anya ọbụna ihe iyi egwu nye ụfọdụ, ma anyị kwenyere na ịkwado ozi ziri ezi bụ ụzọ kacha mma isi lụo ọgụ a. Akwụkwọ a bụ otu n'ime ọtụtụ akụrụngwa anyị chịkọtara ọnụ iji nyere gị aka ịlụ ọgụ a. Maka ozi Parkinson ọzọ na akụrụngwa, biko gaa na **www.parkinsonsafrica.org**.

Banyere ọrịa Parkinson

Gịnị bụ ọrịa Parkinson?

Dọkịta James Parkinson si London kọwara ọrịa Parkinson na 1817; ọ bụ ọrịa ụbụrụ nke na-adịghị ala ala (ogologo ndụ nile) nke na-eji nwayọọ nwayọọ na-akawanye njọ ka oge na-aga.

Ọ na-emetụtakarị akụkụ ụbụrụ nke na-ahụ maka ịchịkwa mmegharị ahụ. Mpaghara ụbụrụ a metụtara na-ekerekwa òkè na ọrụ ndị ọzọ dị mkpa dị ka mmụta, omume, ụra, mgbu na ncheta. Ọrịa Parkinson nwekwara ike imetụta akụkụ ahụ ndị ọzọ dịka afọ, ọkpụkpụ na anya.

Parkinson's Si Buko
Ụlọ ọ**gwụ** **ahụike Parkinson na Uganda**

Kedu ihe na-akpata ọrịa Parkinson?

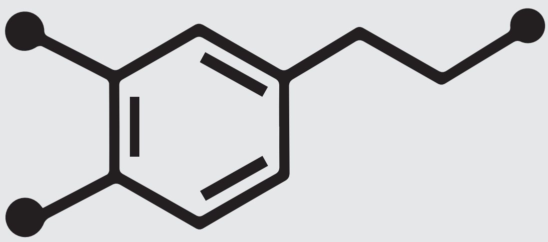
Ọrịa Parkinson na-eme mgbe mkpụrụ ndụ ndị na-emepụta kemịkalụ ụbụrụ, (nke bụ dopamine n’asụsụ bekee), kwụsịrị ịrụ ọrụ nke ọma ma nwụọ n'oge, kemịkalụ ndị ọzọ dị na ụbụrụ na-etinyekwa aka. Ndị nchọpụta amabeghị ihe na- eme ka nke a mee, ma ha na- eche na ihe mkpụrụ ndụ ihe nketa (dị ka mmụgharị mkpụrụ ndụ ihe nketa) na ihe ndị metụtara gburugburu ebe obibi (dị ka echekwagi nke ọma na kemịkal na-egbu egbu), na usoro ịka nká, na- ekere òkè dị mkpa.

Obeng Amoako (Ghana)

Achọpụtara na onwere ọrịa Parkinson na afọ 60

Kedu ka m ga-esi mara ma enwere m ọrịa Parkinson?

Onye nwere ọrịa Parkinson nwere ike nweta ụfọdụ n'ime mgbaàmà ndị a - ịma jijiji, mkpogide, mbelata nke inụ isi, afọ ntachi, nsogbu irahụ ụra na obere aka edemede - mana enwere ike ịnwe karịa. N'oge mmalite nke ọrịa ahụ, ọtụtụ n'ime mgbaàmà ndị a na- adịkarị nwayọọ ma nwee ike agagi ahụ ya. Ọ bụrụ na ị na-echegbu onwe gị na gị ma ọ bụ onye ị hụrụ n'anya nwere ike ịnwe ọrịa Parkinson, ọ dị mkpa ka gị na onye ọkachamara ahụike kwuo okwu ka ị nweta nyocha nke ọma.



Dopamine

Mgbaàmà nke ọrịa Parkinson

Kedu ihe mgbaàmà nke ọrịa Parkinson?

A na-eji akara ngosi **ndị na-emetụta mmegharị ahụ** (motor symptoms n’asụsụ bekee) na ihe mgbaàmà **ndị na-adịghị emetụta mmegharị ahụ** (non-motor symptoms n’asụsụ bekee).

Mgbaàmà ndị na-emetụta mmegharị ahụ

Ihe mgbaàmà atọ bụ isi nke ndị na-emetụta mmegharị ahụ nke Parkinson bụ ịma jijiji, mmegharị nwayọ na mkpogide. Ọ bụ ezie na a na-ahụkarị mgbaàmà ndị a, ma na ọ dị mkpa ịmara na ọ bụghị onye ọ bụla nwere ọrịa Parkinson ga- enweta mgbaàmà a.

Ima jijiji

Ije nwayọ nwayọ

Mkpogide

Ima jijiji:

Ịma jijiji nke akụkụ ahụ dị ka aka, agba, egbugbere ọnụ ma ọ bụ ụkwụ. Ọ na-amalite n'otu akụkụ nke ahụ ma na-emekarị mgbe akụkụ ahụ o metụtara na-ezu ike.

Ịjị nwayọọ nke nmegharị ahu:

A na-eji mgbaàmà a na-eji nwayọọ nwayọọ eme ihe ("bradykinesia" n’asụsụ bekee), na- eme ka ọ sie ike ịrụ ọrụ dịka ịga ije na ijikọta eriri akpụkpọ ụkwụ.

Mkpogide:

Mkpogide na akwara nke na-ebute ihe mkpogide na mmegharị dị ka ịfegharị aka gị ma ọ bụ ịtụgharị n'elu àkwà.

Mgbaàmà ndị ọzọ na-emetụta mmeghari ahụ

Ihe Mgbaàmà ndị ọzọ na-emetụta mmegharị ahụ nke ọrịa Parkinson gụnyere mbelata ihu ihu, nsogbu akwara na- achịkwaghị achịkwa na nke na-egbu mgbu, ọnọdụ na-adịghị mma, ahụ nwere ike ịdagha ihu ma ọ bụ n'akụkụ, ịdọrọ ụkwụ ma ana ga ije, akwụsịgị ọtọ ike na aka edemede na-adị ntakịrị ntakịrị.

Mgbaàmà ndị na-abụghị ndi na-emetụta mmegharị ahụ

Ọrịa Parkinson nwekwara ọtụtụ ihe mgbaàmà na-abụghị nke ndi na-emetụta mmegharị ahụ. Ndị nchọpụta achọpụtala na ụfọdụ n'ime mgbaàmà ndị a, dị ka mbelata inu isi na afọ ntachi na-apụtakarị ọtụtụ afọ tupu mmalite nke mgbaàmà ndi na-emetụta mmegharị ahụ. Ụfọdụ mgbaàmà nkịtị na- abụghị nke ndi na-emetụta mmegharị ahụ bụ:

Isi ike nghọta ihe	Ndị a na-agụnye ihe isi ike ilekwasị anya, ịṅa ntị, atụmatụ, ime ọtụtụ ihe n'otu oge, ịhazi na icheta ihe.
Nsogbu uche	Enweghị mmasị, nchekasị mmetụta nchegbu na ụjọ, ịda mbà n'obi, mwute na mgbakasị ahụ, nsogbu na iwe.
Nsogbu ihi ụra	Ehighị ụra nke ọma, nsogbu ịrahụ ụra, ọgba aghara n'oge ụra, imeputa nrọ na oke ụra nke ehihie.

Mgbaàmà ndị ọzọ nke na-abụghị ndi na-emetụta mmegharị ahụ

Mgbaàmà ndị ọzọ nke na-abụghị ndi na-emetụta mmegharị ahụ gụnyere mgbu, ike ọgwụgwụ, afọ ntachi, mbelata ọbara mgbali mgbe ị na-eguzo, mbelata inu isi, nsogbu inyu mmamịrị, nsogbu ọhụụ, ịhụ ihe ka na nrọ (na- emekarị na njedebe nke ọrịa ahụ n'ihi ọgwụ), maka ụfọdụ ndị mmadụ, nsogbu nchịkwa mkpali nke ọgwụ ụfọdụ n'ebute (nke a nwere ike ịgụnye oke agụụ ịzụrụ ihe, ịgba chaa chaa ma ọ bụ agụụ mmekọ nwoke na nwanyi dị elu).

Mgbaàmà ndị a na-ahụkarị na ọrịa Parkinson

Ọ bụrụ na ị na-enwe ihe ọ bụla ma ọ bụ ngwakọta nke mgbaàmà ndị a, ọ dị mkpa ịhụ onye ọkachamara ahụike ka ọ wepụ ọnọdụ ahụike ndị ọzọ nwere mgbaàmà yiri nke Parkinson.

Kedu onye nọ n'ihe ize ndụ ịnweta ọrịa Parkinson?

Ịgbawanye afọ bụ ihe kachasị ize ndụ maka ịmalite ọrịa Parkinson, ọtụtụ ndị na-ebute ọrịa ahụ dị ihe dị ka afọ 60 ma ọ bụ karịa. Otú ọ dị, ọrịa Parkinson abụghị ihe nkwanye ùgwù nke afọ, nihi na ndị ka dị obere nwekwara ike nweta ya.

Ọrịa Parkinson ọ na-agba n'ime ezinụlọ?

Ọtụtụ ndị mmadụ nwere ihe a na-akpọ "idiopathic" Parkinson na asụsụ beke, nke pụtara na amaghị ihe kpatara ya. Ọ ga-ekwe omume (ọ bụ ezie na ọ bụ ihe a na-adịghị ahụkebe) ka ndị mmadụ nyefee ụmụ ha ọrịa Parkinson. Agbanyeghị, nnwale mkpụrụ ndụ ihe nketa akọwapụtara nke a adịghị n'oge a.

Ọrịa Parkinson ọ na-efe efe?

Mba, ọrịa Parkinson anaghị efe efe. Enweghị ike ịgbasa ya site na mmekọrịta gị na onye ọ metụtara.

Kedu ka ọrịa Parkinson si aga n'ihu?

Nke a ga-adị iche maka onye ọ bụla, mana n'ikwu okwu n'ozuzu, ọrịa Parkinson na-aga n'ihu nke nta nke nta, na mgbaàmà ejiri nwayọọ nwayọọ na-akawanye njọ ka oge na-aga. Na mmalite mbụ nke ọrịa Parkinson, ọtụtụ ndị ọ metụtara na-enwe ike ịrụ ọrụ ha kwa ụbọchị dịka okwesiri.

Ọrịa Parkinson ọ na-egbu egbu?

Ọrịa Parkinson abụghị ọrịa na-egbu egbu, ogologo ndụ ọtụtụ ndị mmadụ agaghị agbanwe n'ihi nyocha ha (ma ọ bụrụ na ha nwetara nlekọta na ọgwụgwọ kwesịrị ekwesị). Otú ọ dị, ụfọdụ n'ime mgbaàmà ndị dị elu nwere ike ime ka nkwarụ dịkwuo elu na ahụ ike na-adịghị mma.

Ịchọpụta ọrịa Parkinson

Kedu ka esi achọpụta ọrịa Parkinson?

A na-achọpụtakarị ọrịa Parkinson site n'aka onye na-ahụ maka akwara ozi (onye dọkịta na-ahụ maka ọnọdụ ndị na-emetụta ụbụrụ, akwara ozi na ọgidigi azụ), onye dibịa bekee (onye dọkịta na-ahụ maka nlekọta ndị okenye) ma ọ bụ dọkịta ọkachamara. Ọ bụ ezie na enweghi ule Parkinson dị ugbu a, dọkịta gị nwere ike ime nyocha mgbe o nyochachara akụkọ ahụike gị, nyochaa mgbaàmà gị, na usoro nyocha dị mfe ebe enwere ike ịgwa gị ka ịme ihe omume dị ka ịpị mkpịsị aka gị, bilie n'oche, ije ije, ide ihe ma ọ bụ ikwu okwu.

Dr. Vida Obese

Dọkịta ọpụrụiche, KATH
Kumasi, Ghana

Otu n'ime okwu kachasị amasị m bụ "Ọ bụghị ihe na-eme gị na-ekpebi ogologo oge ị ga-aga na ndụ; ọ bụ ihe ị na-eme maka ihe na-eme gị". Nke a bụ ihe m na-ejikarị agba ndị ọrịa m ume.

- Dr. Obese

Nhọrọ ọgwụgwọ

Enwere ọgwụgwọ maka ọrịa Parkinson?

Enweghị ọgwụgwọ maka ọrịa Parkinson ugbu a mana ndị ọkà mmụta sayensị na-agbasi mbọ ike ịchọta ọgwụgwọ na-agbanwe ọrịa na ọgwụgwọ. Ruo mgbe ahụ, enwere nhọrọ ọgwụgwọ dị iche iche dị iji jikwaa mgbaàmà Parkinson.

Okwesịrị ka m ṅụọ ọgwụ maka ọrịa Parkinson?

N'oge ụfọdụ, ee, o yikarịrị ka ị ga-eme ya. N'ịchọpụta ọrịa Parkinson, otú ọ dị, apụtaghị na ị ga-amalite ịṅụ ọgwụ ozugbo. Na mmalite nke nchoputa, ụfọdụ ndị nwere ike ijikwa mgbaàmà ha na-enweghị ọgwụ, ma nke a abụghị maka onye ọ bụla. Mkpebi banyere mgbe ịmalite ọgwụgwọ, yana ụdị ọgwụgwọ ị ga-eji bụ mkpebi onwe onye nke ị ga-eme mgbe ị tụlechara nhọrọ gị na onye na-ahụ maka akwara ozi gị. Ozugbo ịmalitere ịṅụ ọgwụ, ị ga-aga n'ihu na-aṅụ ha mgbe niile, ọbụlagodi mgbe mgbaàmà gị nakawanye mma. **I kwesịghị ịmalite ma ọ bụ kwụsị ịṅụ ọgwụ Parkinson ọ bụla na- enweghị mkparịta ụka gị na dọkịta gị**.

Kedu ka m ga-esi jikwaa ọrịa Parkinson?

Ụzọ kacha mma isi jikwaa ọrịa Parkinson gụnyere nchikota ọgwụ, ọgwụgwọ na ụdị ndụ ahụike - nke gụnyere imega ahụ mgbe nile, iri ezigbo nri na nri kwesịrị ekwesị, hụ na enwere ezigbo ụra nke ọma na ibelata nrụgide. Ụfọdụ mgbaàmà ka mma ilekwasi mgbaàmà ahu we nye ya ọgwụgwọ site na ọgwụgwọ ezubere iche, dịka ọmụmaatụ, ọgwụgwọ okwu na asụsụ maka okwu ma ọ bụ ihe isi ike ilo, na-kwa onye na ahu maka akwara siri ike, nguzozi na egwu ịda ada.

Otu nkwado Parkinson OAUTHC, Ile-Ife, Nigeria

Enwere mmetụta ọ bụla ọgwụ ahụ na enye?

Dị ka ọ dị na ọgwụ ọ bụla, ọgwụ Parkinson nwere ike inwe mmetụta. Ụfọdụ n'ime mmetụta ndị a kwesịrị ileba anya nke ọma n'ihi na ha nwere ike inwe mmetụta dị ukwuu na ndụ kwa ụbọchị. Ọ bụrụ na ị na-echegbu onwe gị maka mmetụta ndị a, gwa dọkịta gị okwu. **Akwụsịla** ịṅụ ọ**gw**ụ **g**ị **na mberede n'ihi na** ị **nwere ike** ị**nweta mgbaàmà nkw**ụ**s**ị**t**ụ **d**ị **nj**ọ **na nke na-ad**ị**gh**ị **mma**.

Ndị a edepụtara bụ nsonaazụ mmetụta ụfọdụ ọgwụ Parkinson nwere. Ịghọta ha nke ọma na-etinye gị n'ọnọdụ ka mma ime mkpebi ndị nwere ezi uche ma ọ bụrụ na ị malite ịhụ ha.

Mmetụta nke ọgwụ Parkinson

Ntughari akwara na-enweghị nchịkwa nke dị ka oma jijiji ma ọ bụ mmeghari ahụ. Ha nwere ike imetụta akụkụ ahụ dị iche iche dịka aka na ụkwụ. Ọ na-eme mgbe ejiri ogologo oge ṅụọ levodopa (ọgwụ Parkinson).

Mgbanwe mmeghari ahụ na ịka nká

Ndị a na-eme mgbe ị na-esi n'ịchịkwa akara ngosi mmeghari gị nke ọma ruo n'inwe obere njikwa. Ha na-emekarị mgbe mmetụta nke levodopa malitere ịka nká.

Ọgbaghara na-achịkwa mkpali:

Ndị a na-eme mgbe mmadụ nwere ọchịchọ siri ike ime omume n'ụzọ ụfọdụ. Ha na- emekarị omume ha ugboro ugboro dị ka ụzọ isi belata nchegbu ma ọ bụ esemokwu ha na-enweta site n'ọchịchọ ha.

Ịhụ ihe na adighi na echiche efu:

Ịhụ ihe na adighi bu ịhụ ihe, ịnụ ihe ma ọ bụ mmetụta ihe ndị na-adịghị. Echiche efu bụ echiche pụrụ iche, nkwenye ma ọ bụ nchegbu ndị na-abụghị eziokwu. Ọ bụghị onye ọ bụla ga-enwe mmetụta ndị a ma ọ na-adịkarị na njedebe ikpeazụ nke ọrịa Parkinson.

Nsogbu ihi ụra:

Ụfọdụ ọgwụ Parkinson nwere ike ime ka ị rahụ ụra na-enweghị ịdọ aka ná ntị. Jiri nlezianya gụọ akara ọgwụ.

Ọbara mgbali na-agbanwe:

Ụfọdụ ọgwụ Parkinson nwere ike ime ka ọ̀tụ̀tụ̀ ọbara ji erugharị gị daa ngwa ngwa, na-eme ka ahụ́ gwụ gị ma ọ bụ daa mbà. Yabụ, anyị na-adụ ọdụ ka ị lelee ọbara mgbali gị mgbe nile.

Ezi nri

Kedu ihe m ga-eri?

Ọ bụ ezie na a na-enwe ọmụmụ ihe na-aga n'ihu na-eleba anya na mmetụta nke nri na mgbaàmà ọrịa Parkinson na ọgwụ Parkinson, ọ dịghị otu ọgwụgwọ nke a na-anabata nke ọma dịka 'ụzọ ziri ezi' iji rie nri na ọrịa Parkinson. Ihe a nabatara n'ụwa nile ma na-atụ aro bụ na ịnweta nri kwesịrị ekwesị site na nri dị mma dị mkpa maka ọdịmma gị.

N'ozuzu, iwu maka ịgbaso nri dị mma bụ:

- Rie ụdị nri dị iche iche sitere na nke ọ bụla n'ime ụdị nri dị iche iche iji hụ na ahụ gị na-enweta nri ndị ọ chọrọ ka ọ rụọ ọrụ nke ọma.

- Lezie anya maka nha akụkụ nri gị. Iribiga nri ókè nwere ike ime ka ibuo ibu ma erighi nri nke ọma nwere ike ibute ita ahu; ha abụọ ga-agbakwunye nsogbu ahụike ọzọ.

- Na-aṅụ mmiri ka mmiri dị nịme ahu gị.

Enwere m ike iri mgbakwunye nri?

Dị ka o kwesịrị, ị ga-enweta nri gị site na nri karịa mgbakwunye nri. Ọ bụrụ na ị chere na ọ dị mkpa ka ị were mgbakwunye nri, ị kwesịrị ịjụ onye na-ahụ maka akwara ozi ma ọ bụ onye okacha mara na nri maka ndụmọdụ tupu ị were ha. Ọ dị mkpa iburu n'obi na e nwere ọtụtụ nkwupụta gbasara ikike nke mgbakwunye nri dị iche iche iji meziwanye mgbaàmà Parkinson; ewezuga eziokwu ahụ bụ na ọtụtụ n'ime nkwupụta ndị a enweghị ntakịrị ihe akaebe sayensị na - akwado, ị ga-amarakwa na ụfọdụ mgbakwunye nri nwekwara ike igbochi nnabata nke ọgwụ gị.

Kedu ka nri si emetụta ọgwụ m?

Maka ụfọdụ ndị nwere ọrịa Parkinson, ihe ndi enwere ike ịhụ na anụ, azụ, àkwá na agwa (nke ndi bekee kporo protein) yiri ka ọ na-egbochi etu ọgwụ Parkinson (levodopa) si abanye n'ahụ nke ọma. N'ihi nke a, ị nwere ike irite uru site na ịṅụ ọgwụ gị nkeji 30 - 60 tupu iri nri, ma ọ bụ awa abụọ ka e mesịrị. Levodopa nwekwara ike ime ka ndị mmadụ na-arịa ọrịa. Iri nri protein dị ala (dị ka achicha) mgbe ị na- aṅụ ọgwụ gị nwere ike inye aka belata mmetụta a.

Kedu ọrụ mmega ahụ na-arụ na ọrịa Parkinson?

Dị ka ọ dị na nri kwesịrị ekwesị, mmega ahụ bụ akụkụ dị mkpa maka ọdịmma onye ọ bụla. Otú ọ dị, na ọrịa Parkinson, mmega ahụ dị mkpa karịsịa. Mgbe ụfọdụ, mgbaàmà dị ka mkpogide na mgbaàmà ndị dị ka enweghị mmasị, mgbu, ma ọ bụ ike ọgwụgwụ nwere ike ịkụda gị ọbụna igbalị imega ahụ. Otú ọ dị, ọ dị ezigbo mkpa ka į ghọta na mgbe a bịara n'ịchịkwa mgbaàmà gị, mmega ahụ dị oke mkpa dị ka ọgwụ ma nwee ike inye aka mee ka ụra dịkwuo mma, meziwanye afọ ntachi ma ọ bụ nsogbu na ọnọdụ, ma belata ahụ erughị ala site na mgbu na mgbaàmà ndị ọzọ na-emetụta njem. Nnyocha na-egosi na ime mmega ahụ awa abuo na okara (awa 2.5) kwa izu nwere ike ime ka mgbaàmà gị dịkwuo mma ma mee ka ọganihu gị kwụsịlata. Ọzọkwa, mmega ahụ mgbe nile na-enyere gị aka ịnagide ụfọdụ mmetụta dị n'akụkụ nke ọgwụ gị.

**Ebe nkuzi mgbatị ahụ dabere na oche
Nkwado Parkinson, Constantia Park, South Africa**

Kedu ụdị mmega ahụ kwesịrị kam neme?

Enweghị mmega ahụ dị mma maka onye ọ bụla. Ị kwesịrị ilekwasị anya n'ihe omume ndị na-amasị gị ma nwee ike ime. Enwere ọtụtụ mmemme dị iche iche ị nwere ike ime iji nọgide na-emega ahụ. Dabere na mgbaàmà gị na ikike ahụ gị, ị nwere ike ịme mmega ahụ nke chọrọ mgbalị ụfọdụ dị ka ije ije ngwa ngwa, ịgba ígwè, igwu mmiri, ịgba ọsọ, ịkụ ọkpọ n'ikuku, ịgba égwú, ịbuli ịhe elu, iwufe ụdọ, ma ọ bụ ịbuli ibu.

Otu nkwado Parkinson OAUTHC, Ile-Ife, Nigeria

Ọ bụrụ na ị nweela ọrịa Parkinson ogologo oge, ma ọ bụ ihe mgbaàmà gị dị mgbagwoju anya karị, ị nwere ike ilekwasị anya na imeziwanye ihe omume gị na-esiri gị ike dị ka ibili n'oche, ịgbagọ, ịkọ ugbo, ịgbatị ahụ n'ozuzu, ije ije n'ikiri ụkwụ ruo ụkwụ na ifegharị ogwe aka. Ọ bụrụ na ị nwere nsogbu iguzo ma ọ bụ idobe nguzozi gị, ị nwere ike ịme ụfọdụ n'ime ihe omume ndị a ịnọ ọdụ.

Ibi na ọrịa Parkinson

Ka ọrịa ahụ na-aga n'ihu, ị nwere ike ịtụ anya ime mgbanwe nke nta nke nta na ndụ gị kwa ụbọchị n'ihi na ị nwere ike ịchọ enyemaka ọzọ na-ime ihe. Enwere ọtụtụ ihe enyemaka ị nwere ike iji mee ka ndụ dịkwuo mfe. Ọ nwere ike isiri gị ike ịkwere mkpa ịmalite iji ihe enyemaka, mana ị nwere ike ịchọpụta na akụrụngwa pụrụ iche (dịka ọmụmaatụ ijide okporo ígwè ma ọ bụ osisi ije) nwere ike inyere gị aka ị nwetakwuo onwe gị. Enwere ụdị ihe enyemaka na akụrụngwa dị iche iche iji nyere gị aka ma ọ bụrụ na ị nwere nsogbu ime ihe, dị ka ịsa ihe, ịsa ahụ, irute ihe, iri nri na ịṅụ mmiri.

Ọtụtụ ndị nwere ọrịa Parkinson nwere ike ịnọgide na-enwe àgwà ziri ezi n'agbanyeghị ihe ịma aka ha nwere. Ha na-eme nke a, ọ bụghị site n'ime ka à ga-asị na ọ dighị ihe dị njọ, kama site n'ịghọta otú ọrịa Parkinson si emetụta ha na ịrụ ọrụ gburugburu ya. Akụkụ nke usoro a gụnyere ime ihe ndị na-eweta udo na ọṅụ (dịka ọmụmaatụ, ige égwú, ịga ije, ịgba égwú, ọrụ afọ ofufo maka ezi ihe, ntụgharị uche, na ihe ndị ọzọ). Ihe ọzọ na-enye aka bụ ilekwasị anya n'ihe ndị ịnwere ike ime karịa ihe ndị ị na-enweghị ike ime.

Wasswa Mohammed, Uganda (Onye na-arịa ọrịa Parkinson)

Enwere m ike ịnya ụgbọ ala mgbe m nwere ọrịa Parkinson?

Nchọpụta ọrịa Parkinson apụtaghị na ị ga-akwụsị ịnya ụgbọ ala; otú ọ dị, onye na-ahụ maka akwara ozi nọ n'ọnọdụ kacha mma ka gị na ya mee nyocha a. Biko mara na iro ụra na mmalite ụra na mberede bụ mmetụta dị n'akụkụ ụfọdụ ọgwụ Parkinson na nke a nwere ike ịdị njọ mgbe ụfọdụ. Ọ bụrụ na ị nweta nke ọ bụla n'ime mgbaàmà ndị a, **ịkwesighi ịnya ụgbọ ala** ma ị ga-agwa ọkà mmụta akwara ozi ozugbo enwere ike.

Enwere m ike ịga n'ihu na-arụ ọrụ?

Ee! Naanị n'ihi na a chọpụtala na ị nwere ọrịa Parkinson apụtaghị na ị ga-akwụsị ọrụ. Ọrụ bụ isi iyi ego dị mkpa, ọ nwekwara ike wulite ntụkwasị obi na ùgwù onwe onye. Ịkwesịrị iji nlezianya tụlee ịgwa onye ọrụ gị okwu gbasara ọnọdụ gị n'ihi na mgbaàmà gị ga-emecha pụta ìhè.

Kedu ọrụ m dị ka onye nlekọta?

Ọrụ gị dị ka onye nlekọta ga-agụnye ime ọtụtụ ihe dịka ịbụ onye na-akwado ahụike, ijikwa na ịhazi ọgwụ, inye aka na nlekọta kwa ụbọchị, (dị ka idebe ịdị ọcha na iyi uwe), na inye nkwado mmetụta uche maka onye ị na-elekọta. Ọrụ a ga- agbanwe ka oge na-aga. Ka ọrịa ahụ na-aga n'ihu, ndị nwere ọrịa Parkinson ga-achọ enyemaka karịa na ihe omume kwa ụbọchị. Inwe nghọta nke ọma banyere ọrịa Parkinson na mgbaàmà ya na-akwadobe onye nlekọta ilekọta onye nwere ọrịa Parkinson nke ọma.

Betty na Mike Anderson, Kenya
(Di na nwunye ọrịa Parkinson metụtara)

Kedu maka mkpa m?

Otu n'ime ihe ịma aka kasịnụ ndị nlekọta na-eche ihu bụ imezi mkpa nke onwe ha megide nke onye ha na-elekọta. Ịwepụta oge maka onwe gị pụọ na ọrụ nlekọta, ịnọgide na- enwe mmekọrịta ọha na eze ndị ọzọ, na ịrịọ maka enyemaka mgbe ọ dị mkpa iji nyere gị aka ịnagide ibu ọrụ na nrụgide gị.

Obodo Parkinson anyi

Ọ bụrụ na ịchọrọ ịga ngwa ngwa, gaa naanị gị.
Ọ bụrụ na ịchọrọ ịga ebe dị anya, gakọta ọnụ.
- Ilu Africa

Anyị nọ n'ọrụ iji nye obodo ọrịa Parkinson nke Africa ike, mana anyị enweghị ike ịme ya naanị sọ anyị, anyị chọrọ gị! Ma a chọpụtara na ị nwere ọrịa Parkinson, ma ọ bụ na ị maara onye (enyi, onye ọrụ ibe, onye agbata obi, onye ikwu) onye ọrịa Parkinson metụtara ndụ ya, ma ọ bụ na ị bụ ọkachamara ahụike na-ahụ ndị na-arịa ọrịa Parkinson, anyị were gị dị ka akụkụ dị mkpa nke obodo a.

Parkinson's Si Buko, Uganda

Anyị chọrọ ịga n'ebe dị anya - n'ịhazi enweghị mmata nke Parkinson n'ofe mba Africa, yana ibelata mkparị metụtara ya; n'ịbawanye njikọ aka na nnọchite anya obodo anyị na nyocha nke Parkinson; na imeziwanye ohere nlekọta ahụike Parkinson na nhọrọ ọgwụgwọ maka ndị na-enweghị ya.

Anyị maara na anyị enweghị ike ịga ebe dị anya naanị anyị, yabụ anyị na-arịọ gị ka ị sonyere anyị ka anyị na-ewu ma gbasaa obodo a. Biko gaa na **www.parkinsonsafrica.org** maka ozi ndị ọzọ ka ị ga-esi sonyere anyị.

Parkinson's Si Buko, Uganda

Akụrụngwa nkwado

Biko kpọtụrụ teamafrica@parkinsonsafrica.org ma ọ bụrụ na ị maara otu ndị na-akwado Parkinson n'Africa nke n'adighị n'okpuru ebe a.

Cameroun (Yaoundé)
Parkinson Cameroun
https://parkinson-cameroun.business.site/
parkinsoncameoun@aol.com
+237656478340

Ethiopia
Parkinson Patients Support Organisation - Ethiopia (PPSO-E)
www.parkinsonsethiopia.org
Parkinsonassocation11@gmail.com
parkinsonsethiopia@gmail.com
tensae.deneke6@gmail.com
+251911701362; +251911548668

Ghana (Accra)
Parkinson's Disease Support Group
jervisdjokoto@yahoo.com
+233208160289

Ghana (Kumasi)
Anidaso Parkinson's Disease Foundation
www.anidasopd.org
contact@anidasopd.org
+2330545919887; +2330209656459; +2330541111724

Kenya (Kisumu)
Parkinson's Support Group
tkkraftop@gmail.com

Kenya (Mombasa, Nairobi)
Parkinson's Support Group
parkinsonkenya@gmail.com
parkinsonkenya.wixsite.com/website/
0707 564 733; 0722 722 090

Kenya (Nairobi)
Africa Parkinson's Disease Foundation
www.africaparkinsons.org
hellen@africaparkinsons.org

Nigeria (Ile-Ife)
OAUTHC PD Support Group
Address: Dept. of Medical Rehabilitation, Obafemi Awolowo University Teaching Hospital Complex, Ile-Ife
abiolaogundele@yahoo.com

Nigeria (Lagos)
LUTH Movement Disorders Clinic
Medical Outpatients Unit
3rd Floor, LUTH MOP
Ishaga Road, Off Itire Road
Idi Araba, Lagos State, Nigeria.
Email: medicineluth@gmail.com
Phone (sms only): +234 702 513 5883

South Africa
Parkinson Support Constantia Park
https://www.facebook.com/parkinsonsupportconstantiapark
cassie2@telkomsa.net
+27820511582

Uganda
Parkinson's Si Buko
www.parkinsonsisnotwitchcraft.com
info@psbu.org; + 256 705 271850

Nkwenye

Ndị Parkinson's Africa na ndị IPDGC - Africa jikọrọ aka mepụta akwụkwọ a. **Ọ** ga-amasị anyị ikele ma kweta:

- ★ UCL Grand Challenges na UCL Global Engagement Office, maka ịkwado ọrụ a;
- ★ Parkinson's UK, maka inye anyị ohere iji akụkụ nke ihe ha mepụta akwụkwọ a; na
- ★ Ndị mmadụ Parkinson metụtara (gụnyere ndị otu ezinụlọ na ndị nlekọta) yana ndị ọkachamara ahụike nyere aka nyochaa akwụkwọ a.

- K Ray Chaudhuri na Kings Parkinson's Centre of Excellence
- Dokita Natasha Fothergill-Misbah
- Dokita Michael Temguoa
- Dokita Abiola Ogundele
- Dokita Mohamed Salama
- Dokita Olaitan Okunoye
- Dokita Yared Zenebe
- Mazi Bode Olomolaiye
- Oriaku Betty Oloo Anderson
- Nwa ada Oluwabunmi Salami
- Nwa ada Ngozi V. Agwunwite
- Nwa ada Daniella Kemigisha
- Mazi Obeng Amoako

Ụdị akwụkwọ a asụgharịrị (n'asụsụ Africa ndị ọzọ) dịkwa. Biko gaa na **www.parkinsonsafrica.org** ma ọ bụ **www.ipdgc-africa.com** maka ozi ndị ọzọ.

+447760657517
teamafrica@parkinsonsafrica.org
www.parkinsonsafrica.org
International House, 12 Constance St.
London, E16 2DQ, United Kingdom

iPDGC
International Parkinson Disease Genomics Consortium • Africa
mierizig@ipdgc-africa.com
www.ipdgc-africa.com

Supported by
UCL GLOBAL ENGAGEMENT
GRAND CHALLENGES