

- **Rigiditas (kekakuan)** : peningkatan ketegangan otot pada seluruh lingkup gerak sendi, terjadi perubahan postur tubuh.
- **Bradikinesia (berkurangnya kecepatan gerakan)** : ekspresi wajah minim (wajah topeng), gestur, komunikasi dan gerakan berkurang (langkah pendek-pendek).
- **Instabilitas postural (ketidakmampuan mempertahankan keseimbangan)** : kesulitan bangkit dari kursi, posisi membungkuk ke depan, dan gangguan cara berjalan.

Bila Anda mengalami gejala-gejala di atas, konsultasi ke Dokter Spesialis Saraf (Neurologi) untuk mendapatkan penanganan yang tepat dengan segera.

Bagaimana pencegahan Parkinson?

- **Olahraga** teratur (3-4 kali per minggu selama 1 jam)
- **Diet seimbang** dengan konsumsi kalsium dan vitamin D
- **Hindari paparan** senyawa kimia beracun, seperti pestisida
- Hindari penyebab **cedera kepala** (terjatuh)

Edisi : November 2023



Kenali lebih dekat

PENYAKIT PARKINSON

MOVING in HARMONY with MOVEMENT DISORDERS

PERHIMPUNAN DOKTER SPESIALIS NEUROLOGI INDONESIA (PERDOSNI)



PERHIMPUNAN DOKTER SPESIALIS NEUROLOGI
INDONESIA (PERDOSNI)

Apakah itu Parkinson?

Penyakit gangguan saraf yang berlangsung lama dan perlahan-lahan memberat, ditandai dengan gemetar, kekakuan, berkurangnya kecepatan gerakan, dan ketidakmampuan mempertahankan keseimbangan. Kejadian penyakit Parkinson bertambah, seiring dengan meningkatnya usia. Rerata terjadi pada sekitar usia 60 tahun.

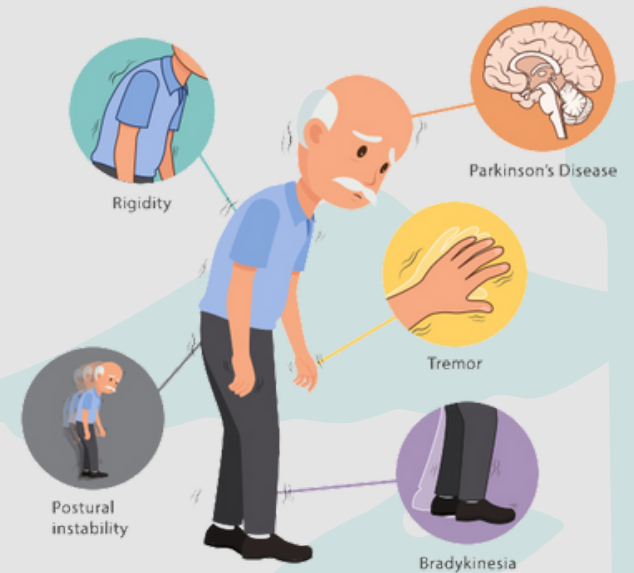
Apakah penyebab Parkinson?

Penyakit Parkinson belum diketahui penyebabnya hingga saat ini, namun terdapat beberapa faktor risiko yang dapat mempengaruhi, antara lain :

- Faktor **usia** (>60 tahun)
- Fakto **genetik**
- Riwayat **cedera kepala** berat
- **Infeksi** virus pada Otak (ensefalitis)
- Paparan terhadap **pestisida**
- Penggunaan **obat-obatan**, seperti amfetamin, kokain dan heroin

Apakah gejala Parkinson?

- **Tremor (gemetar)** : terjadi saat istirahat, terjadi pada anggota gerak, dimana lengan lebih sering dibandingkan tungkai. **Tremor (gemetar) pada usia tua bukanlah sesuatu yang wajar.**



Tanda & Gejala Penyakit Parkinson



www.perdosni.org