

RYSTER PÅ HÆNDERNE

Kære Peter

Jeg skriver til dig på vegne af et lille socialt online-netværk. Vi lider alle i mere eller mindre grad af lidelsen essentiel tremor, der er en bevægelsesforstyrrelse, som ofte fører til, at man på sigt trækker sig helt fra sociale arrangementer.

Der er cirka 30.000 danskere, der har essentiel tremor, og lidelsen bliver ofte forvekslet med Parkinsons sygdom – selv af lægevidenskaben.

Jeg er 42 år og har rystet hele mit liv. Jeg er bestemt ikke socialt hæmmet, men møder ofte fordomme som, at jeg da må være frygtelig nervøs, sådan som jeg ryster, og hvor er det synd. Eller også har jeg været ude og drikke mig en ordentlig kæp i øret. Så kan du ikke fortælle lidt om essentiel tremor og udbrede kendskabet til lidelsen?

*Med venlig hilsen
Claus Enghuus*

Illustration: Martin Silz

Kære Claus

Omkring 10 procent af alle danskere over 60 år har essentiel tremor. Rystelserne ses lige så ofte hos mænd som hos kvinder, og 2/3 af dem har familie med lignende symptomer.

De første tegn på rystelserne viser sig tit i teenageårene, men hos mange bliver rystelserne først rigtigt generende i voksenlivet.

Essentiel tremor er en klinisk diagnose forstået på den måde, at den stilles ud fra patientens historie, efter at man har udelukket en række andre lidelser, der også kan give rystelser.

Rystelserne udvikler sig

Oftest begynder det med rysten på hænderne og underarmene, men siden hen kan det brede sig til halsen, hovedet, læberne, tungen og stemmen. Hos nogle bliver rystelserne værre, hvis de er følelsesmæssigt påvirket, træt, eller hvis der er koldt. En del er heldigvis kun lidt generet

af rystelserne og søger aldrig læge for det.

Der findes ingen behandling, der kan helbrede mennesker med essentiel tremor, men det hjælper nogen at få godt med søvn og at undgå stress. Den hjertemedicin, der hedder betablokkere, kan også hjælpe. Det samme kan eksempelvis botox-injektioner, der lammer muskler.

Hvis sygdommen er meget invaliderende, kan man mig bekendt indoperere en elektrode i hjernen, der "slukker" for rystelserne. Det gør man dog kun i de mest alvorlige tilfælde. Der er også noget med, at alkohol lindrer symptomerne.

Man kan altså sagtens ryste kraftigt på hænderne uden at have eksempelvis Parkinsons sygdom, men måske i stedet lide af essentiel tremor.

*De allerbedste hilsner
Peter*

NYTTIG HJEMMESIDE

På hjemmesiden essentialtremor.dk kan du få meget mere viden om essentiel tremor og mulighed for at deltage i et socialt netværk for mennesker med denne lidelse.