

Beagan fios mu ghalar Parkinson

A quick introduction to Parkinson's – Scots Gaelic

Cha leig duine sam bith leas galar Parkinson fhulang na aonar

Mas e gun d'fhuair eadh galar Parkinson ort o chionn ghoirid no gun aithnich thu cuideigin air an deach a lorg, 's dòcha gum bi ceistean gu leòr agad agus math dh'fhaodte beagan iomagain ort. Seo far am faod Parkinson's UK cuideachadh.

Is e a th' annainn buidheann-carthannachd taice is rannsachaidh mu ghalar Parkinson san Rìoghachd Aonaichte. Tha sinn an geall air leigheas a lorg agus beatha a leasachadh dhan a h-uile duine air a bheil galar Parkinson a' bualadh. Tha sinn a' toirt seachad raon farsaing fios is taice tron làrach-lìn againn, tro na 365 buidhnean ionadail againn agus tron loidhne-chuideachaidh an-asgaidh is fo rùn againn le sgioba is luchd-altraim teòma.

Tha a h-uile duine air a bheil galar

Bidh comharraidhean galar Parkinson air cuideigin agus cho luath agus a bhios an galar a' leasachadh ag atharrachadh bho neach gu neach. Ged nach eile leigheas air an-dràsta, tha cothrom air raon chungaidhean-leigheis agus làimhseachaidh gus rian a chumail air mòran de na comharraidhean.

Chan eil fios againn fhathast carson a thig galar Parkinson air daoine. Tha fios againn, ge-tà, nach eil e gabhaltach agus nach bi e a' ruith ann an teaghlach mar as trice. Don chuid is motha de dhaoine, chan atharraich an dòchas-beatha aca mòran mar thoradh air galar Parkinson.

Bidh galar Parkinson a' bualadh air daoine aig gach aois

Tha sinn a' meas àireamh nan daoine air a bheil galar Parkinson san RA aig mu 145,000. Sin an ìre mhath aon inbheach a-mach às gach 350.

Tha a' chuid as motha de na daoine air a bheil an tinneas a' cur aig aois 50 no nas sine, ach 's urrainn do dhaoine òga a ghabhail cuideachd.

Bidh e a' toirt nas fhaide orm nithean a dhèanamh

Faodaidh daoine galar Parkinson a ghabhail seach gu bheil feadhainn de na ceallan-nearbhan nan eanchainnean a bhios a' cruthachadh ceimig air a bheil dopamine air eug. Tha cion dopamine a' ciallachadh gum bi duilgheadasan mòra aig daoine le bhith a' cumail smachd air mar a bhios iad a' gluasad. Aig amannan faodaidh daoine 'reothadh' gu h-obann nuair a tha iad a' gluasad.

Faodaidh galar Parkinson toirt air làmhnan is colainnean cuid a dhaoine dol air chrith cuideachd. Nì seo obair làitheil leithid ithe, a' cur ort do chuid aodaich no a' cleachdadh fòn doirbh is draghail.

Chan ann dìreach air gluasad a bhios galar Parkinson a' bualadh

A bharrachd air duilgheadasan le gluasad, faodaidh daoine air a bheil galar Parkinson comharraidhean eile a ghabhail, leithid sgìths, cràdh, truimead-inntinn, iomagain, duilgheadasan le cuimhne agus teannachadh-innidh.

Is e a thathar a' gabhail orra seo gu tric comharraidhean neo-ghluasaid agus faodaidh iad buaidh mhòr a thoirt air beatha dhaoine bho là gu là.

Bidh a' chungaidh-leigheis agam gam chumail a' gluasad

Tha raon chungaidhean-leigheis rim faotainn a chuideachadh gus rian a chumail air na comharraidhean. Cuidichidh an speisealach no altram Parkinson thu gus an fheadhainn as fheàrr dhut fhèin a lorg. Ged a chuidicheadh aon chungaidh-leigheis cuideigin, math dh'fhaodte nach obraich i do dhaoine eile. Faodaidh gum bi cuid a dhaoine feumach air dòsan nas motha no measgachadh de chungaidhean-leigheis, agus feadhainn eile feumach air dòsan nas lugha ach nas trice.

Ri tìde, faodaidh gun tig air daoine a' chungaidh-leigheis aca atharrachadh. Faodaidh anacladh-cuirp agus teiripe-labhairt cuideachadh cuideachd. Faodaidh gum bi obair-lannsa mar roghainn do dhaoine far an do stad a' chungaidh-leigheis a leasachadh nan comharraidhean.

Cha dèan e an gnothach orm

Faodaidh mar a bhios galar Parkinson a' bualadh air neach atharrachadh bho là gu là, agus fiù bho uair gu

uair. Math dh'fhaodte nach bi comharraidhean a tha follaiseach aon là nan duilgheadas là eile.

Ged is dòcha gum bi e doirbh aig amannan rian a chumail air galar Parkinson, tha beatha làn bheothail fhathast aig mòran dhaoine air a bheil an tinneas a' cur.

Càit am faigh mi barrachd fiosrachaidh?

Tha sinn a' tairgse comhairle do dhaoine san RA aig nach eil Beurla mar a' chiad chànan aca, le seirbheis eadar-theangachaidh air fòn ann an còrr is 170 cànanan.

Faodaidh tu an loidhne-chuideachaidh fhònadh gu dìreach air **0808 800 0303** agus eadar-theangair iarraidh.

Faodaidh luchd-dreuchd cùram-slàinte fios a chur thugainn cuideachd, le cead bhuat, agus cur air dòigh gun cuir neach-comhairle is eadar-theangair loidhne-chuideachaidh fòn thugad.

Gus copaidhean ann an clò den fhiosrachadh againn òrdachadh, tadhail air **parkinsons.org.uk/orderingresources** no cuir fòn gu **0300 123 3689**.

Is sinne buidheann-carthannachd galar Parkinson a bhios a' brosnachadh cùram, làimhseachadh agus maitheas-beatha nas fheàrr.

Còmhla, thèid againn air an là a thoirt air adhart nach bi eagal air duine sam bith ro ghalar Parkinson.

Parkinson's UK
215 Vauxhall Bridge Road
London SW1V 1EJ

Loidhne-chuideachaidh an-asgaidh is fo rùn **0808 800 0303** (Diluain gu Dihaoine 9m gu 7f, Disathairne 10m gu 2f). Eadar-theangachadh ri fhaotainn. NGT Relay **18001 0808 800 0303** (ri chleachdadh le fònaichean-làimhe, tablaidean, coimpiutairean pearsanta agus innealan eile). Airson barrachd fiosrachaidh, faic, **www.ngts.org.uk**

hello@parkinsons.org.uk
parkinsons.org.uk

Order code: PKL001SG

Air ùrachadh mu dheireadh san Iuchar 2019. Bidh sinn a' toirt sùil às ùr air ar cuid fiosrachaidh a h-uile còig bliadhna. Thoir sùil mas e do thoil e air an làrach-lìn againn gus an dreach as ùire den fhiosrachadh air fad againn fhaicinn.

© Parkinson's UK, Iuchar 2019. Is e Parkinson's UK an t-ainm-obrachaidh air Comann Galar Parkinson na Rìoghachd Aonaichte. Na charthannas air a chlàradh ann an Sasainn agus sa Chuimrigh (258197) agus ann an Alba (SC037554).

