

不是所有手抖都那么可怕

# 港城名医会诊“帕金森”

专刊记者 岳惠惠

“帕金森”对于现在很多老年人来说可能并不陌生,知道它,可能是因为中外历史上有很多名人因它逝世,也或者是周围有很多人正因为它痛苦不堪。每年4月11日是国际帕金森病日,可见“帕金森”不仅仅是人们广泛交流的话题,还成为世界性的研究课题。那么“帕金森”到底是一个什么样的疾病呢?又该如何来正确对待它呢?4月10日,记者采访了烟台市几大医院相关专家,和专家一起谈谈关于“帕金森”的话题。

## >>痛苦:长期折磨 苦不堪言

4月10日,记者在烟台山医院采访时见到了病房里的帕金森病患者张大爷,今年已有80多岁的张大爷仰卧在病床上,弯曲着腿,胳膊半支在空中,不停地颤抖着,嘴里还呜呜的说着些什么。在一旁陪同的张大爷的老伴边使劲地扳直张大爷的腿边告诉记者,张大爷得帕金森已有十

年了,刚开始是没有这么严重的,只是一侧的手抖,其他也没见有什么异常情况,当时以为年纪大了,手抖是正常现象,所以也就没怎么在意,一段时间之后,没想到渐渐的另一只胳膊也抖得厉害,而且两条腿走路也开始不听使唤,刚开始迈不开步,一旦走起来就控制不住了。

这样持续了一段时间之后就开始说不清楚话了,聊天的时候半天答不上一句,脸上也没有什么表情。眼看着人就这么不行了。说到这里老人家不住地叹气,说自从老伴得了这个病她就没安生过,日复一日,年复一年,每天伺候不说,主要是眼睁睁地看着老伴遭罪。

## >>专家:老年多高发 手抖要区分

帕金森病在烟台来说,也有人叫它“震颤麻痹”,它之所以叫做帕金森是由一位英国医生的名字而命名的。原因是这位英国医生首先描述了帕金森病的症状,包括运动障碍、震颤和肌肉僵直等。采访中,专家们告诉记者,其实帕金森病就是一种中老年较为常见的神经系统变性病。它的症状主要表现为活动缓慢、四肢僵硬、不自主震颤、起步困难、出汗多、便秘等等。在颤抖这方面来说,很多人在认识上会存在一些误区,像日常生

活中,人们往往很容易会发现身边的一些老年人很多都有手抖、震颤等情况,有些人就觉得这属于正常现象,是年纪大了的一种体现,认为是正常手抖,而不去在意它。其实对于手抖,专家们表示在这点上很多人都容易出现混淆的情况,手抖的原因有很多方面,比如正常的老年性手抖、特发性手抖,还有一些疾病导致的手抖等。想要区别手抖的原因,还是到医院进行检测来最终确定,一般正常的老年性手抖是不影响正常活动的,而

帕金森病的手抖对活动影响很大,所以一旦确诊为帕金森的早期症状,就要早做准备和治疗了。帕金森病一般在50岁的老年人身上就开始出现,在60岁以上的老年人中发病率逐渐增高,60岁发病率基本达到10%左右,不过也有年轻的帕金森患者,采访中专家提供的最小的帕金森病患者是20岁左右,当然这种情况还是属于比较少见,而且一般遗传因素比较大。近年来烟台医院的相关科室几乎每天都会有一两例患者出现,可见帕

金森病是一种比较高发的疾病。而帕金森病对人体的危害也是相当严重的。除了对患者的生活质量带来影响,如生活不能自理、承受身体上的痛苦等等,如果是年轻的帕金森患者,对他的工作效率也会带来影响。对家庭也同样会带来精神和经济负担等多方面的影响。

帕金森病除了会给生活、工作、家庭带来影响外,其实最重要的,最让人害怕的还是因它而引起的一系列并发症。很多人都听说过帕

金森本身是个不死的疾病,但因为帕金森而去世的人往往都是死于并发症。其中它最容易引起的一个并发症就是抑郁症,主要体现在情绪不好、睡眠不好、爱发脾气、容易发愁,对什么都不感兴趣等等。其实这也是由身体上的痛苦所引发的心理疾病。一般帕金森病患者中50%-60%都会得抑郁症。所以如果家里有帕金森病患者,一旦发现患者有情绪不好、睡眠不好等症状还是要及早到医院进行对症治疗。



资料片

## >>提醒:早做检测 避免被误诊

在日常生活中,一些老年人出现了帕金森早期的一些症状后,比如单侧手抖等,在不太在意的情况下,去一些诊所或小型医院进行就诊,很多时候出现误诊的情况。比如经常会被误诊为颈椎病、老年性痴呆或者精神疾病等等,这也是比较常见的现象,而一旦误诊了,后果是非常严重的。帕金森病会随着年纪的增长越来越严重,如果不能及时在早期检测出来,到后期给人带来的痛苦也是更大的,而早期发现就可以延缓这种病痛。

另外,想要及时发现帕金森的早期症状,生活中的细心观察也是

非常重要的。帕金森病的早期症状完全可以通过平时的仔细观察而发现。比如可以通过这几个方面来判断是否是帕金森早期症状,第一,动作特别慢。虽然老年人都比年轻人动作要慢一些,但是不会特别的慢,而帕金森早期症状就会特别慢。第二,有震颤。这是一种很典型的震颤,往往比较明显。第三,身体是否出现僵硬状况。另外,有些人还会出现嗅觉失灵等症状。这方面可以去医院做一下嗅觉测试检查。

虽然导致帕金森病没有很明确的原因,但是日常生活中多注意

一些也是可以起到预防作用的,到底该如何预防它呢?采访中,专家们告诉记者对于可能引起帕金森病的原因,目前国际上现在对于这方面暂时还没有确切的定论。但是想要避免帕金森病,也不是没有可能,最好的办法就是早做检测。无论什么疾病,做好预防是必须的,何况帕金森还是比较顽固的疾病,所以早期的发现和治疗还是至关重要的。特别是50岁以上的老年人,家人一定要多注意观察,每年带老人进行体检,做做神经系统查体、头颅磁共振等,都是非常必要甚至必须的。

## ■ 名医推荐 ■



**李华** 烟台毓璜顶医院神经内科副主任,山东省心功能学会脑血管分会及睡眠障碍分会委员,烟台市神经内科学会副主任委员,烟台市心理学会副主任委员,烟台市医疗事故鉴定委员会委员。擅长神经内科工作,特别是对脑血管疾病、中枢神经系统脱髓鞘疾病、各种睡眠障碍、运动神经元病、癫痫、神经症有较深研究。发表论文20余篇,多次获得烟台毓璜顶医院十佳共产党员、十佳医师等荣誉称号。

**观点:**帕金森病防治最重要的还是早期诊断。一是到了年纪每天都要注意观察身体状况和变化,例如每天有没有运动,肢体状况如何等。二是避免被误诊,这个要从勤做检测做起,不能一发现手开始颤抖了,就随便找个地方进行诊断,这样是对自己不负责任的行为。一定要到正规医院进行全面检查才能真正找到颤抖的原因,以便于正确找出病因,对症治疗。因为误诊而造成了后期的病情加重、治疗困难等是非常不值得的了。

编采统筹 Editor Director  
曲是捷 Qu Shijie 王世新 Wang Shixin



**梁辉** 烟台山医院神经内科主任,1999年获烟台市首批(跨世纪)学科带头人称号。山东省心功能研究会脑血管分会副主任委员,烟台市医学会神经病学专业委员会副主任委员。从事临床工作近30年,特别对脑血管病、脊髓疾病、神经心理疾病及神经科疑难、少见疾病的诊疗有独到的见解。开展了烟台市第一例脑血管支架术、动脉溶栓术等新技术项目。编写专著3部,在国内核心期刊发表专著20余篇。

**观点:**情绪对帕金森病来说很重要,还是应该从心理上慢慢转变帕金森病患者的情绪,对于很多患者因为帕金森而引发的恐慌、焦虑,对维持病情和治疗上都是很不利的。情绪失落或者刺激性的想法,对于脑部也会造成不好的影响。对于这方面,首要的就是家人要学会调整他们的心理,安抚患者的情绪,尽量保持患者心情愉快,给患者灌输积极的心理状态。

视觉总监 Creative Director  
牛长婧 Niu Changjing



**陶素爱** 烟台市中医医院脑病科副主任。山东中医药学会脑病专业委员会委员,第一届中西医结合学会神经内科专业委员会委员。熟悉掌握神经内科常见病与多发病的诊治,尤其擅长于脑梗死、脑出血、血管性痴呆等脑血管病的诊断、预防与治疗。对头痛、头晕、面瘫、三叉神经痛、多发性神经病变的治疗也获得良好的疗效。撰写医学论文6篇,参与著作《危重病学》编写、副主编,临床科研二项。

**观点:**帕金森病患者除了需要稳定情绪,在日常生生活方面,还应该加强运动,如果因为行动不便而不运动或者运动过少,时间久了行动就会更加困难,肌肉萎缩越来越严重,所以适量的运动是必须要做到的。另外就是要平时注意少抽烟、少喝酒,帕金森病患者多多少少都有便秘的情况,所以在饮食上应以清淡为主,尽量多吃蔬菜水果,以改善便秘的状况。

编辑:岳惠惠 美编/组版:于洁