

# 身体“抖僵慢”当心帕金森

□记者 刘一梦

4月11日是第22个“世界帕金森日”，各地都开展了不同主题的宣讲义诊活动。帕金森作为一种常见的神经系统变性疾病，平均发病年龄为60岁左右，已经成为中老年群体继心脑血管病、肿瘤之后的第三大“杀手”，有“聪明人得的多，中国人得的多，症状非常多”的“三多”特征，虽然疾病不致命，但严重影响患者的工作能力和生活质量。

## 1 我国患者居全球首位 发病呈年轻化趋势

帕金森病是一种中老年人常见的中枢神经系统疾病，主要临床表现为肢体震颤、动作迟缓、强直、姿势平衡障碍等运动症状，除运动功能障碍外，患者还有嗅觉减退、便秘、睡眠行为异常和抑郁等非运动症状。山东大学齐鲁医院神经内科主任刘艺鸣教授介绍，目前帕金森病已成为困扰老年人的常见疾病之一，我国65岁以上人群总体患病率约1.7%，大部分帕金森病患者为散发病例，仅有不到10%的患者有家族史。而近年来帕金森病的发病年龄有年轻化的趋势，三四十岁发病的帕金森病患者并不罕见。

据最新医学数据表明，我国目前帕金森病患者人数已达到200万人，且以平均每年10万人的数目增加。我省帕金森病患者逐年增多，山大齐鲁医院近两年接诊的帕金森病患者数量都超过了4000多人次。

“帕金森病不会直接缩短人的预期寿命，但会使人丧失工作和生活能力，帕金森病的确切病因至今未明。遗传因素、环境因素、年龄老化、氧化应激等均可能参与帕金森多巴胺能神经元的变性死亡过程，随着年龄的增长，患病率也在增长。”刘艺鸣介绍，帕金森的发病率和患病率均随年龄的增高而增加，男性患者更多见。以往帕金森病都被称为老年病，但近些年来，年轻患者逐渐增多。可能与经常接触农药、重金属等化学品有关，熬夜、劳累过度、精神不稳定、作息不规律等生活习惯也可能是帕金森患病越来越年轻化的原因。

## 2 早期容易被误诊 “抖”不是唯一判断标准

提起帕金森病，很多人的第一印象都是不停颤抖的手，其实很多人都不知道，帕金森病不一定是“抖”，“抖”也不一定是帕金森病。刘艺鸣介绍，大众对帕金森病的了解程度依然非常低，且帕金森病早期的误诊率非常高。

据介绍，帕金森病主要表现有静止性震颤、肌强直、运动迟缓和姿势步态异常四大症状，静止性震颤也就是平时所见的手或头等部位不自主震颤以及手部搓丸式动作；肌强直就是肌肉僵直，肢体运动不灵活，做一些日常生活的动作都有困难，并出现“慌张步态”。面部表情减少的“面具脸”以及字越写越小的“小写症”也是帕金森的典型症状。

帕金森病的早期症状常常是不典型的，容易被忽略或者被误诊。有的人因为脖子痛被诊断为颈椎病，有的人则因为腰痛而被诊断为腰椎病，还有的人走路时拖步，被误诊为中风。“除了典型症状，也有一些非运动症状的表现如便秘、嗅觉减退、睡眠障碍、抑郁、认知功能降低等。”刘艺鸣强调，早期症状如颤抖、动作缓慢、僵硬、少言寡语等往往被误认为是老年人的正常现象，不会引起足够的重视，从而导致就诊率低及漏诊现象。

此外，特发性震颤、生理性震颤等会引起手抖症状的疾病，也容易和帕金森病混淆。“一旦患者出现嗅觉减退、四肢震颤、运动缓慢、四肢无力等情况时一定要到正规医院的神经内科就诊，大夫的诊疗水平是影响帕金森病诊断的重要因素，需要医生进行耐心细致的检查，才能进行准确的鉴别。”



### 震颤

安静时颤动 活动时不抖



### 运动迟缓

起床、翻身、步行等动作缓慢；穿衣、刷牙等动作缓慢、字越写越小



### 肌肉僵直

四肢沉重、无力 肌肉疼痛、有僵硬感等



### 姿势步态异常

行走时下肢拖拽 步伐变小或变慢



刘艺鸣，医学博士，山东大学教授，博士研究生导师，山东大学齐鲁医院神经内科副主任。中华医学会神经病学分会帕金森病及运动障碍学组委员，中国康复学会帕金森病及运动障碍康复委员会副主任委员。擅长帕金森病及运动障碍、认知功能障碍、脑血管病等疾病的诊疗。在美国研修时系统学习运动障碍疾病特别是帕金森病的诊断和治疗，对于特发性震颤、舞蹈症、抽动症、肝豆状核变性、肌张力障碍等运动障碍疾病有较深入地研究。

专家门诊：周二、周四全天。

## 3 一般不影响寿命 药物“蜜月期”因人而异

帕金森病本身不致命，一般也不影响寿命，随着现在治疗水平的提高，越来越多的病人通过药物或者手术可以维持比较好的生活质量。

刘艺鸣介绍，当下医学无法根治帕金森病，在患病初期，一般以药物治疗为主，以往人们认为药物通常只有3-5年的“蜜月期”，很多人得病后非常恐惧，认为“蜜月期”过后就会瘫痪。这种认识是片面的，目前用于治疗帕金森病的药物很多，早期用药的选择和药物调整非常重要，药物“蜜月期”也因人而异。随着时间和病情的发展，药物的效果可能越来越差，病人会体会到“开关”和“剂末”等现象。开关现象就是症状会在突然缓解和突然加重之间转换，而剂末现象就是指症状随着服用药物的时间而出现波动，如服药后症状最轻，然后逐渐加重，直到下一次服药后改善。

山大齐鲁医院神经外科教授徐淑军指出，3到5年药物“蜜月期”后，就会进入疾病的中间期，这段时间维持得时间长短不一样，严重的患者生活不能自理，甚至要靠坐轮椅。此时，药物治疗有限，可以采用外科手术干预，也就是可以进行评估，看是否可以通过手术植入脑起搏器来改善症状。

## 4 日常预防远离重金属 别用脑过度

“当帕金森疾病进展到四到五年左右，药物疗效明显下降或出现副作用以及‘开关现象’、‘异动症状’等情况时，就是进行外科治疗即脑起搏器手术的时机，脑起搏器手术可以大大缓解帕金森病人的症状，提高患者的生活质量。”徐淑军说，脑起搏器，也叫做脑深部电刺激(DBS)，它是通过植入大脑中的细微电极发射电脉冲，刺激脑内核团，抑制引起帕金森病症状的异常脑神经信号，从而消除帕金森病的症状，使患者恢复自如的生活和自理能力。世界范围内已有15万名患者受益于该疗法。而山东大学齐鲁医院在脑起搏器的治疗领域已走过了十多年，是山东地区最早开展这一先进疗法的医院，也是当地收治帕金森病患最多的医院。

专家介绍，对于帕金森病的治疗主要是控制病情并减少并发症。而对于预防此疾病来说，有家族性帕金森病的患者、有动脉硬化性疾病(如高血压、糖尿病、高血脂症等)的患者应重视控制自身疾病，避免诱发帕金森。此外，对于一般大众来说，除了在日常生活中应避免接触重金属等有毒物体之外，还要适度用脑，以减少脑部损伤，并保持良好的睡眠作息规律和生活规律。

● 健康一周讯

## 省疾控与瑞典共建 细菌耐药实验室

4月9日，瑞典公共卫生署与山东省疾控中心签署合作备忘录。双方同意共同在山东省疾控中心建立细菌耐药合作实验室。

双方就细菌耐药监测抗生素选择方案，动物、环境样本抗生素监测等问题进行了讨论，并将以此次合作为契机，在细菌耐药等传染病防控领域积极开展合作交流，共同遏制细菌耐药，此次合作备忘录的签署是省疾控中心在国际合作领域的一次重大突破，为推动我省传染病控制尤其是细菌耐药研究提供了更广阔的国际平台。记者 刘一梦

## 济南三级医院将 全部开设老年病科

近日，济南市政府办公厅印发《济南市建设全省医养结合示范先行市工作方案》，要求到今年年底，市级三级综合性医院全部设置老年病科。

方案指出，到2018年年底，济南市100%医疗卫生机构为老年人提供就医绿色通道，所有养老机构提供医疗护理服务，市级三级综合性医院全部设置老年病科。此外，方案明确，到2020年年底，以居家为基础、社区为依托，机构为补充、医养相结合的养老服务体系全面建成。家庭医生签约服务力争覆盖所有常住老年人群。记者 刘一梦

## “新肝宝贝”救治计划 落户省千佛山医院

近日，省千佛山医院举行北京天使妈妈慈善基金会“新肝宝贝”救治计划定点医院揭牌仪式，为0-14岁需要做肝移植的贫困患儿和孤残儿童，以及胆道闭锁、胆汁淤积等需要肝移植的患儿带来福音，入选该计划的患儿可获得1-8万元的专项资助。

据介绍，目前已有70多名患儿来到省千佛山医院肝胆外科进行相关医学检查，符合条件的患儿将择期接受下一步手术治疗。咨询电话：40006-21885。

记者 刘一梦 通讯员 毛瑞峰

## 济南中心医院启用 肝病科病房

近日，济南市中心医院消化内科二病房(肝病科病房)正式启用。

据介绍，消化内科二病房位于8号楼一层，主要开展肝胆相关疾病的诊断及治疗，如各种肝损伤(脂肪肝、药物性肝病、酒精性肝病、病毒性肝病等)、各种病因导致的肝硬化及相关并发症(门脉高压、消化道出血、脾功能亢进、肝性脑病、肝功能衰竭等)、肝脏的良/恶性肿瘤(肝转移癌、肝血管瘤等)以及各种原因导致的黄疸的诊断及治疗。联系电话：0531-85695692。

记者 刘一梦 通讯员 马庆林