

# 了解这些 不再害“怕”!

神经内科专家史玲利：  
帕金森病虽不能治愈，但可以控制症状

## “搓丸样”震颤要当心

提起帕金森病，很多人的第一反应是“手抖”。如果手抖，就要高度怀疑得了帕金森病吗？

“大部分帕金森病患者确实会出现手抖的症状，70%的帕金森病患者以震颤为首发症状。”史玲利说，不过手抖并不是帕金森病独有症状。很多疾病都可能出现手抖，像特发性震颤、酒精性震颤、焦虑性震颤、药物性震颤、肝性脑病等。

她进一步介绍，帕金森的震颤有着明显特点：往往开始于一侧上肢远端，静止时出现或明显，随意运动时减轻或停止，精神紧张时加剧，入睡后消失。典型的表现为“搓丸样”震颤，也就是拇指与食指像搓泥丸一样不断震颤。

因此，当一个患者出现手抖时，医生会首先观察其手抖是否符合上述特点。符合的话，会考虑患帕金森病的可能性，并通过进一步检查来明确。

## 青少年也可能患帕金森病

帕金森病好发于60岁以上老年人群中，主要表现为患者动作缓慢、震颤、肌肉僵硬，严重影响患者的生活质量。

很多人以为帕金森病是老年人的专属疾病。史玲利表示，其实并非如此。近年来，帕金森病患者有年轻化的趋势。平时，她在临床工作中也时常会遇到40岁以下的帕金森病例，被称为“青少年型帕金森病”。她的一位患者年仅31岁，已经患帕金森病4年了。最早表现为双下肢震颤、乏力，最后确诊。目前，通过服用药物能维持正常生活和工作。

帕金森病的发展是个非常缓慢的过程，起病隐匿，早期无特异性表现，临床症状复杂。怎么才能尽早识别呢？

史玲利分析，帕金森病临床表现有运动症状和非运动症状。其中，运动症状有“颤”“缓”“僵”“慌”这四个特点。非运动症状表现有精神症状如焦虑抑郁、幻觉，自主神经症状如便秘、体位性低血压，睡眠障碍，感觉异常等。

“帕金森病早期症状轻微，识别也很困难。”史玲利建议：如果有手抖症状、肢体活动不灵活、写字越来越小、夜间睡眠中梦呓、睡眠行为异常、抑郁症治疗效果不佳等，可以前往神经内科就诊，由医生帮助识别。

帕金森病是一种常见的中老年神经系统退行性疾病，是继肿瘤、心脑血管病之后威胁中老年人健康的“第三杀手”。8月18日下午，宁波市康宁医院神经内科主任史玲利主任医师做客“甬上健康大讲堂”，一起分享帕金森病方面的知识，让大家不再害“怕”。



史玲利主任医师(左)做客“甬上健康大讲堂”。

## 主张发现之后要尽早治疗

很多网友关心，帕金森病可以治愈吗？

对此，史玲利明确表示，帕金森病不能治愈，但可以通过规范治疗控制症状，延缓病情发展。

史玲利说，对于帕金森病的治疗，以前的观点认为，抗帕金森病的药物有一定“蜜月期”——大概在5至8年，“蜜月期”后，药物疗效减退。因此，在能维持患者日常功能情况下，主张尽可能延缓用药。

“近几年，随着医学的发展，主张早期治疗，强调个体化治疗。”史玲利说，患者的用药选择不仅要考虑病情，还要考虑年龄、工作需求等。她的患者中有一名文案人员，处于帕金森病早期，帕金森病状除了行走略慢外，没有影响明显的日常生活功能。但是，病情导致他出现了小写症(字越写越小)，这直接影响到了他正

常开展文案工作，那就需要早期治疗。另外，治疗的目标不仅控制症状，还要尽可能延缓疾病进展、延长症状控制的年限。

史玲利表示，目前已经证实某些帕金森药物有疾病修饰作用，可以延缓病情发展。因此，建议一经发现就开始药物加康复治疗。

史玲利介绍，帕金森病的治疗目前一般采取综合治疗，包括药物治疗、手术治疗、康复治疗、心理治疗等。其中，药物治疗是首选且主要的治疗手段。市康宁医院是精神专科医院，因此该院神经科不但关注帕金森病患者的运动症状，更关注其非运动症状，如焦虑、抑郁、幻觉、痴呆等。对于帕金森患者的治疗，除常规药物治疗外，还有经颅磁刺激治疗、高压氧治疗、推拿治疗、疼痛治疗等。

## 房间里尽量少摆放家具

如果家里有帕金森病患者，日常照顾的时候有哪些注意事项？

史玲利说，为了更好地照顾帕金森病患者，家属在饮食、家庭环境布置、康复锻炼等方面都要格外注意。

饮食方面，注意药物服用与饮食分开。蛋白质的摄入往往会影响到药物吸收，一般建议在餐前一个小时或餐后1个半小时服用药物。

家庭环境布置方面，尽可能在房间里少摆放家具和装饰物，减少患者在行走中可能出现的路障。桌

子、茶几等家具的边缘最好是弧形的，也可以安装防撞条。

康复锻炼方面，鼓励患者进行力所能及的康复锻炼，如手指操等。对于卧床的患者要注意按时翻身等，防治褥疮的发生。

心理健康方面，家属要关注焦虑、抑郁等帕金森病的非运动症状。

此外，建议家属能帮助患者记录“患者日记”，记录药物服用情况、症状表现等，也可以拍摄视频，以便医生更好地了解病情变化。

记者 王颖 陆麒麟  
通讯员 孙梦璐

## 山区医生精准施治 心梗患者成功获救

“谢谢，真的非常感谢！感谢黄医生精准判断当机立断，抢救及时，才给了我老父亲第二次生命。”近日，余姚市鹿亭乡卫生院黄蓉蓉医生接到患者家属打来的视频电话，此时患者已经脱离生命危险。视频那头，家属一遍又一遍地说着感谢的话。

事情发生在8月14日上午，患者王老伯感觉有点胸闷，来到余姚市鹿亭乡卫生院就诊。接诊医生黄蓉蓉仔细询问病情、体格检查后，怀疑老人是急性心肌梗死。

黄蓉蓉第一时间做完心电图，立即将报告上传至余姚市胸痛中心工作群。得到上级专家的明确诊断后，一场与时间赛跑的紧急处理就此展开。抢救室里医护团队紧张有序地忙碌起来：予以胸痛一包药、开通静脉通路、联系检验科立即进行心肌三项检查、予以心电监护和吸氧、服用胸痛一包药后再次心电图复查……

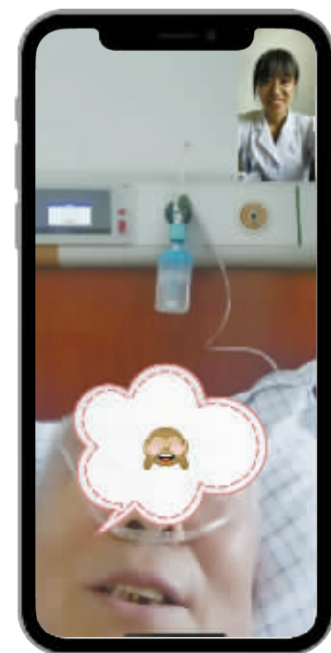
与生命博弈，与死神赛跑。经过全力抢救，患者胸闷胸痛等症状较之前有所好转，所有医护人员悬着的心终于放下了一些。

就在医护人员对患者紧急处理的同时，120救护车也疾驰而来，将病情暂时稳定的患者转送到上级医院，经过及时的冠状动脉支架置入术后，患者恢复状态良好。

鹿亭乡卫生院院长王伟介绍说，地处四明山区的鹿亭乡，交通非常不便，村民外出就医难，尤其是碰到这样的凶险疾病，一旦救治不及时，就可能会有难以预料的后果。针对心肌梗塞这样的疾病，卫生院医护人员与余姚市胸痛中心建立了紧密的联系，可上下联动，提供快速准确的评估与规范高效的治疗，同时为患者开通生命绿色通道，可第一时间将患者转送到上级医院，为抢救患者的生命争取时间。

王伟还表示，家属的真心感谢是对黄蓉蓉医生高度责任心和精准判断能力的认可。接下来，他们将着力提高基层医务人员的诊治水平，提高他们精准预判及时发现潜在风险的能力，为山区百姓健康保驾护航。

记者 程鑫 通讯员 黄敏



黄蓉蓉医生(上)与患者家属间的视频电话截屏。受访者供图。