

身体周刊



扫码看更多内容

A11-12

齐鲁晚报

2021年4月11日
星期日

医学
健康
服务
科普

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 陈晓丽

我国帕金森病患者 估算约200万

“帕金森病是一种常见于中老年人的疾病”，中华医学会神经病学分会帕金森及运动障碍病学组委员、山东省医学会神经病学分会帕金森及运动障碍学组组长刘艺鸣教授介绍,我国65岁以上人群总体患病率约1.7%，据此推测，我国目前帕金森病患者约200万，山东省帕金森病人约28.8万，给患者家庭和社会带来沉重的负担。

刘艺鸣介绍，帕金森病是由于脑内的黑质中分泌多巴胺的神经元发生坏死，引起纹状体区多巴胺神经递质含量减少，多巴胺与乙酰胆碱递质失衡从而引起相应的症状。尽管目前有许多理论解释为什么多巴胺神经元发生死亡，确切的病因仍尚不明确，专家认为多为基因易感者在环境及衰老的共同作用下发病。

“值得注意的是，原来普遍认为帕金森病是中老年人群常见的疾病，现在受多种因素影响，帕金森病在四五十岁人群中也越来越多见。”刘艺鸣表示。

“研究认为，帕金森病和遗传、年龄增加、环境因素等都有关系。比如，经常接触有毒气体、受到重大负面事件打击等导致的慢性抑郁状态，会使大脑内多巴胺减少，而多巴胺减少是帕金森病发生的重要原因。”刘艺鸣介绍。

导致震颤的疾病有多种 震颤不等于帕金森

动作迟缓、僵硬，手部震颤等都是帕金森病的常见症状。“有些患者还会出现一些非运动障碍表现，例如片断性睡眠、噩梦增多、睡眠行为障碍、嗅觉减退、疼痛、血压低、便秘、焦虑、烦躁等。”刘艺鸣介绍，很多患者出现这些症状时，都误以为是腰椎间盘突出、肩周炎等疾病所致，因此，病情的精准诊断和鉴别非常重要。

“由于帕金森病是慢性、进展性疾病，很多患者早期发病不典型，容易被误诊。例如不是所有的震颤都属于帕金森病”，刘艺鸣解释，导致震颤的疾病有很多种，包括特发性震颤等，只有在明确诊断的基础上，才能提高诊疗效果。

不同疾病引发的震颤有不同特点。帕金森病的震颤多数为静止性震颤，可分布于肢体、嘴唇和下颌，肢体的震颤通常不对称。同时，震颤受情绪影响明显，激动或紧张时加剧，睡眠中可完全消失。

药物治疗 是帕金森病的首选

“目前，帕金森病仍然不可治愈，治疗的目的在于改善运动和非运动症状，避免或减少运动并发症。”刘艺鸣介绍，总的治疗原则是采取全面综合治疗，采用多学科治疗模式，并进行全程管理。

药物治疗是首选，刘艺鸣提醒，当被诊断为帕金森病时，治疗方案需要在标准化的同时注意个体化差异，例如结合病人的病情表现、身体综合症状等制定治疗方案，力争用最少的药物控制病情。

随着疾病进展，所需药物剂量越来越大，服用药物的种类越来越多，因此帕金森病患者或是照料者要注意规律按时服用。一定不要突然撤药，有疑问时应咨询医生。

手术治疗是药物治疗不佳时采取的一种有效手段，脑深部电刺激术(DBS)是目前推荐的外科手术疗法。如果需要手术，应由帕金森专科医生对患者进行充分详尽的术前评估。

康复与运动疗法对帕金森病症状的改善乃至对延缓疾病的进展都有一定帮助，特别是有助于改善步态障碍、姿势平衡障碍、语言和吞咽障碍等。建议尽可能在药物起效后开始锻炼，以保证安

壹点问医

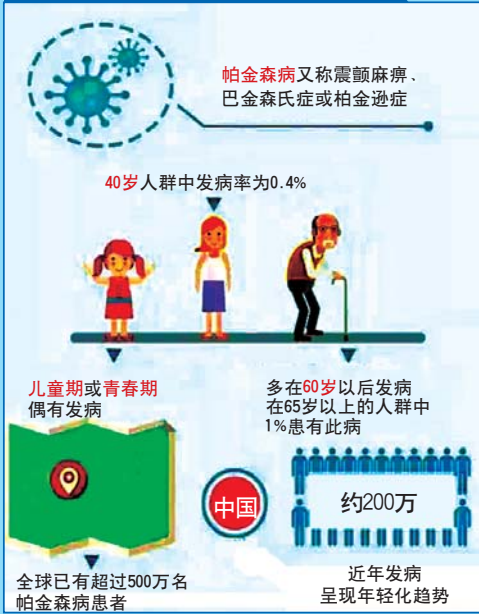
1817年，英国医生詹姆斯·帕金森发表了世界上第一篇关于帕金森病的文章，记述了6个非常相似的病例，1877年该病被命名为帕金森病。帕金森病从刚被发现到命名，时至今日，已经走过了200多年。世界卫生组织确定每年的4月11日为“世界帕金森病日”，今年是第25个帕金森病日。



手抖不一定是帕金森

帕金森病趋向年轻化，四五十岁患者不少见

什么是帕金森病



帕金森病



全为前提，选择个人喜欢、适合并且能长期坚持的锻炼方式，例如康复操、太极拳等。

保持轻松愉快的情绪 可预防帕金森病

“保持轻松愉快的情绪是预防帕金森病的重要方面。”刘艺鸣表示，情绪低落压抑或压力过大会导致脑内神经递质的改变，增加帕金森病的风险。

同时，刘艺鸣表示，适当的体育锻炼可以增强体质，增强大脑额叶兴奋区功能，从而有助于预防帕金森病。太极拳、游泳、瑜伽、舞蹈、慢跑等都是有益的运动项目。同时要注意选择比较复杂的运动形式，像双重任务训练等，对于延缓运动功能减退很有好处。

在接触农药等有毒有害物质时要注意防护，避免和减少接触

对人体神经系统有害的物质。避免或者减少应用奋乃静、利血平、氯丙嗪、桂利嗪、氟桂利嗪等可能诱发帕金森症状的药物。

防治脑动脉硬化，患有高血压、糖尿病、高脂血症等慢性病时要注意规范治疗，把相关指标控制在理想范围。

刘艺鸣提醒，发现家里老年人有上肢震颤、手抖、动作迟缓等帕金森先期征兆时，一定要及时到医院神经内科就诊，争取早诊断早治疗。明确诊断后，一定要长期按医嘱服药，千万不能自行根据其他患者的服药方案服药，不同患者症状可能相似，但治疗方案可能完全不同。治疗期间，建议详细记录如何服药和服药后的反应，并且遵照医嘱定期复诊。家属要帮助患者及时发现新情况，辅助患者进行康复运动。

心灵驿站

在中国，自闭症的发病率在100:1，即每100个儿童中就有1个是自闭症患者。每一个自闭症儿童的背后，都是一个沉甸甸的家庭。患有自闭症的孩子有哪些表现？家长如何早期识别？如何对自闭症儿童进行更好的照料？

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 张如意
实习生 王钟玉

自闭症不是 “缺爱”导致

顺顺今年6岁，若不是注意到他怪异的行为，谁也不会想到他是一名自闭症患儿。

“他刚出生时和正常孩子发育是一样的，6个月能指出大人所说的相应物品，一岁半时能单独行走……”顺顺的妈妈李女士说，直到两岁半时，顺顺进入幼儿园，老师发现他对认字特别有兴趣，教他认字，一学就会。但逐渐地，老师发现了他的不寻常。

顺顺不愿与周围小朋友交往，说话怪声怪调、特别快，还喜欢拍手、转动手臂，成天抱着红砖，达到近乎着迷的程度。那时候顺顺的父母都忙于工作，没精力照看他，祖父母只觉得孩子调皮，根本没想不到是一种病。

山东省精神卫生中心儿童青少年心理行为二科副主任殷爱华表示，自闭症是一种广泛性发育障碍，起病于婴幼儿期，主要表现为不同程度的言语发育障碍、人际交往障碍、兴趣狭窄和刻板固定行为方式。

“一般来说，自闭症患者有社交交往障碍、言语障碍、兴趣范围狭窄、刻板的行为模式、智能障碍这五种表现。”殷爱华表示，自闭症的孩子最典型的特点就是不跟家人亲密，即使在很小的时候，也不和他人产生一定的交流，不会伸手去迎接，一般情况下，没有正常的情感反应，也会存在一些社交方面的障碍。

“为什么偏偏是我的孩子得了自闭症，是家长给予的关爱太少吗？”对于很多家长的疑惑，殷爱华表示，目前为止，自闭症的病因还不完全清楚，但很多研究表明，自闭症是多因素导致的，其中遗传和环境风险是两个重要因素。自闭症并不是“缺爱”导致的，有研究表明，与父母的教养方式无关。

两三岁孩子发育倒退 也是自闭症表现

自闭症早期发现非常重要，家长应如何及早识别孩子的不对劲呢？殷爱华表示，自闭症通常在3岁之前发病，早期也可以通过一些表现来评估。如，孩子到了八九个月的时候，没有和周围人互动的声音、笑容或者是面部表情；到了二十四个月时，不会说有意义的两字短语。也有部分患儿在两三岁时出现发育倒退情况，已经习得的技能逐渐减退，甚至丧失。

“家中有孤独症儿童，相信是每位父母都不愿意看到的，经过初期打击之后，家长要快速调整好心态，勇敢地面对并接受现实，全面接纳孩子。”殷爱华说，父母首先要做的是保持积极乐观的心态，正确认识疾病，不要在意其他人的想法或眼神；其次，父母要积极看书学习，掌握对孤独症患儿的基本训练方法和技巧；再者不要将自己和孩子封闭起来，要带着孩子共同走向社会。

殷爱华提醒，3岁前是孤独症儿童语言学习的黄金期，孩子的黄金干预期仅有短短6年，从确诊那一刻开始，我们便开始了与时间的赛跑。“家长切勿病急乱投医，以免耽误最佳治疗时机，更不要反复更换训练环境，这样只会让孩子更难以适应。”

□美编：陈继玮
□策划：陈继玮
□组版：颜莉
□编辑：于梅君