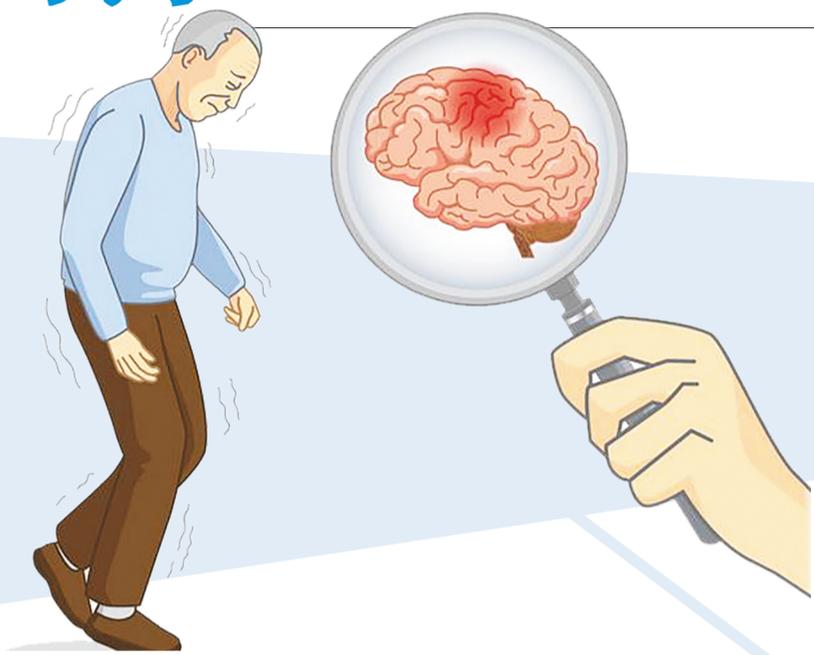


4月11日是第25个“世界帕金森病日”。根据有关调查,我国帕金森病患者到2030年将超过全球患者数的一半,中山大学孙逸仙纪念医院老年神经变性专科陶恩祥教授指出,帕金森病发病症状除了常见的运动不协调等情况,还有其他易被忽视的症状,因此科学、正确地辨识帕金森病及早就医是面对疾病的关键。

## 除了“抖” 帕金森病可能 还有这些症状



### 帕金森病存在多个症状

陶恩祥教授指出,帕金森病起病隐匿、进程缓慢,确诊难度高,很容易被忽视。

公众熟知的帕金森病症状是“抖”,其实,帕金森病的典型运动症状还包括动作迟缓、震颤、肌强直、姿势平衡障碍等。帕金森病患者在包括行走、书写、吞咽、说话等动作时常常表现缓慢;在起床、翻身、扣纽扣等动作时表现困难。在静止时,患者的手脚、头部甚至嘴唇下颌可能出现不自主地震颤,并在情绪紧张时加剧震颤;同时,患者的身体失去柔软而变得僵硬,易造成平衡障碍,出现小碎步、前冲步态、开步及转身困难、“冻结步态”等。

据悉,运动症状并不是帕金森病的全部表现,帕金森病患者不仅以运动症状为核心症状,还会出现嗅觉减退、便秘、睡眠障碍、焦虑抑郁等非运动症状,例如:失眠(包括入睡困难、早醒、觉醒次数增多等)、生动的梦境、噩梦和白天思睡;思维、情绪和记忆力改变,常见有抑郁和焦虑,认知功能减退严重甚至痴呆;尿频、尿急、性功能障碍、体位性低血压等;严重的患者可以出现错觉、幻觉、妄想等精神

症状。

### 帕金森病发病机制

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,因此,帕金森病是多个基因和环境因素相互作用的结果。

#### 年龄老化

帕金森病的发病率和患病率均随年龄的增高而增加。60岁以上发病情况较多,因而提示衰老与发病有关。

已有资料表明随年龄增长,正常成年人脑内黑质多巴胺能神经元会渐进性减少。但也有研究证实,65岁以上老年人中帕金森病的患病率并无明显升高,因此年龄老化不是患病唯一原因。

#### 遗传因素

遗传因素在帕金森病发病机制中的作用越来越受到学者们的重视。

自20世纪90年代后期第一个帕金森致病基因 $\alpha$ -突触核蛋白( $\alpha$ -synuclein, PARK1)被发现以来,截至目前,已有至少6个致病基因被证实与家族性帕金森病相关。但帕金森病中仅5%—10%有家族史,大部分还是散发

病例。

#### 环境因素

20世纪80年代美国学者Langston等发现一些吸毒者会快速出现典型的帕金森病样症状。

进一步研究发现,吸毒者吸食的合成海洛因中含有一种1-甲基-4-苯基-1,2,3,6-四氢吡啶(MPTP)的嗜神经毒性物质。该物质在脑内转化为高毒性的1-甲基-4-苯基-吡啶离子(MPP<sup>+</sup>),并选择性地进入黑质多巴胺能神经元内,抑制线粒体呼吸链复合物活性,诱发氧化应激反应,从而导致多巴胺能神经元的变性死亡。

此外,一些重金属污染、除草剂、杀虫剂的化学成分也与MPTP有相似之处,有可能引发上述现象。

#### 其他

除了年龄老化、遗传和环境因素外,脑外伤、吸烟等因素也被证实可能会增加罹患帕金森病的风险。

### 帕金森病能否预防?

帕金森病能否预防是很多人关心的问题。遗憾的是,目前尚未明确发现有效预防帕金森病的方法。

如上文所述,帕金森病发

病是多因素导致的,是遗传和环境共同作用的结果。携带某些基因会导致帕金森病发病的高风险,有些环境因素(例如重金属、农业杀虫剂和除草剂等职业暴露)会让帕金森病更容易发生,还有些患者的发病与年龄的老化也有关系。

不同的发病原因导致了发病途径和临床表现的差异,这种差异性被称之为异质性。异质性越高,从发病源头上解决的难度就越大。

难道,我们真的束手无策?并不尽然!

已知研究成果已经提示,在职业和环境接触中,应尽可能避免或减少接触有害因素。同时,有研究也发现了一些具有保护性的因素,被证实可以延缓帕金森病患者的病情进展,例如适度运动锻炼(慢跑、太极、瑜伽)、适量摄入咖啡因等。

由此可见,健康的生活方式和体育锻炼始终是普适的健康法则,对于帕金森病也不例外。

### 科学规范 是帕金森病治疗关键

虽然目前帕金森病仍然

是一种不可治愈的疾病,但全球医研人员都在广泛地开展研究,以期可以寻找到病因和治愈帕金森病的方法。陶恩祥教授介绍,帕金森病应强调综合性治疗,以药物治疗为主,与康复理疗、心理治疗、日常生活调整和外科手术等相结合。

治疗帕金森病的药物种类较多,用药方案需依据病情个体化,选择合适的药物,用药剂量应该以产生满意疗效的最小剂量,必要时根据病情缓慢增加剂量。随着疾病的进展,所需服用的药物剂量越来越大,服用药物的种类也越来越多,因此患者或是照料者要注意规范规律服药,时刻注意药物副作用。有疑问时,应及时咨询医生,忌突然停药。

目前,治疗帕金森病的手术方法主要有两种包括脑深部电刺激术和神经核毁损术,两者可在一定程度上改善患者的症状,但后者因其创伤性和不可逆性需要更为谨慎的评估。同时,患者应当注意日常生活习惯及生活方式,适当进行康复锻炼,减少并发症的产生。

据《信息时报》《中国医药报》

## 初春冷风拂面,谨防面瘫造访

68岁的张先生,前几日早晨起床刷牙时,感觉口眼歪斜,舌头麻木,饮水外漏,“知道自己面瘫了,赶紧找医生来扎针。”张先生说自己平时喜欢刷短视频熬夜,时间久了身体也吃不消,各种疾病找上门。

“患者出现一侧额纹变浅,闭眼不全,不能皱眉,口角歪斜,不能鼓腮,这些都是面瘫的症状。”兰州市中医医院针灸三科主任毕爱平称,春季气候多变,除了常见的感冒、上呼吸道感染等“老问题”,中老年人以及身体抵抗力较弱的人群还要提防“面瘫”冷不丁来造访。有些患者因没及时到正规医院接受治疗,错过了疾病的最佳诊治时间,反而留下了一些后遗症,如眼睛流泪不止、一侧眼睛不能完全闭合等。她建议,一

旦出现面瘫症状要及时到正规医院接受治疗。

### 什么是面瘫?

面瘫又称为面神经麻痹,是由面神经炎所致的一种面部疾病。起病急骤,任何年龄、季节都可发病,特别是冬春或秋冬转换季节,气温变化大,是面瘫的频发时期,以男性略多。

### 面瘫会有哪些“小信号”?

出现面瘫时具体表现为,早上洗脸、刷牙时发现一侧面部动作不灵、嘴巴歪斜漏水;不能作皱眉、蹙眉、闭目、鼓气和噘嘴等正常面部动作,鼓腮和吹口哨时,因患侧口唇不能闭

合而漏气;病侧面部表情肌完全瘫痪,前额皱纹消失、眼裂扩大、鼻唇沟平坦、口角下垂,露齿时口角偏歪。

### 造成面瘫的原因有哪些?

受凉、感冒、劳累都会“招惹”面瘫。冬春交替的季节是面瘫的高发期,诱发的主要因素有天气情况,冬末寒冷大风的天气,在户外活动的人如果不注意保暖,很容易被冷风“刮伤脸面”;初春干燥的天气容易诱发感冒、上呼吸道感染等疾病,患病之后抵抗力低下更容易形成“里应外合”之势,让面瘫之疾乘虚而入。一些年轻人是工作狂,长期处于强大压力之下,作息不规律,通宵熬夜等

不良习惯,虚弱的体质更易罹患面瘫。此外,大多数老年人自身患有基础疾病,免疫功能低下,也是面瘫的高发人群。

### 如何预防面瘫?

预防面瘫要从“小细节做起”,一般大风天气最好不要选择户外活动,如需外出做好防风措施,最好戴上口罩围巾;开车上下班的朋友注意关好车窗,不要让冷风透过缝隙吹到面部;通常洗澡沐浴过后,人体会因为出汗而出现虚脱情况,注意不要受凉或吹冷风;饮酒之后人体会产生短暂“燥热”反应,摘帽脱衣也会让面瘫钻了空子。日常生活中,应保证充足的睡眠及休息时间。洗脸最

好用温水,并经常按摩揉搓面部。饮食上,宜多摄取新鲜水果蔬菜、粗粮、豆制品、瘦肉等。

### 面瘫治疗有哪些手段?

中医认为,面瘫多由外因感受风寒,内因人体正气不足,脉络空虚,风邪挟痰乘虚入中面部脉络,致使气血闭阻,筋脉失养,经筋弛缓不收,而发生口眼歪斜。祛风化痰、活血通络、补虚益气为治疗本病的基本方法。治疗中会采用针灸、推拿、理疗等方法,制定因人因病因证的治疗方案,及早解除血管痉挛、调节神经功能、提高免疫力、疏通经脉、调和气血,促进面肌的康复。

据《兰州晨报》