

关注世界帕金森病日

# 出现抖、慢、僵 尽快找医生

## ——访青岛市市立医院东院神经外科主任医师李洛



### 帕金森病 中老年人群多发

李洛曾经接诊过一位非常典型的帕金森病患者。5年前,50岁的董先生确诊帕金森病。最初他只是四肢轻微颤抖,并未对生活造成多大的影响。肢体上的一些异样,也都被一句“年纪大了”给掩饰过去,他还能和从前一样出去游山玩水,并无大碍。但慢慢地,病情逐渐发展到长时间不可控地震颤。再后来就是小碎步,全身僵硬,行动迟缓,最后连起床都需要家人帮助。

李洛说,帕金森病主要表现为特定神经元的退化,这些神经元正是管理人体运动协调的关键。因此,其主要症状表现为运动障碍性疾病。“帕金森病在中老年人群中尤为多发,是老年病中的常见疾病之一。”据统计,全球65岁及以上的老年人群中,帕金森病的发病率在1.7%至3%左右,且随着年龄的增长,发病率呈上升趋势。李洛说,关于帕金森病

的病因,目前尚未完全明确。但目前已知的一些可引发疾病的因素包括外伤,如脑血管疾病、脑缺血、中毒、缺氧、遗传、环境等。“但最主要的还是内因,即基因问题、基因缺陷和基因倾向性。这些因素可能导致帕金森病的发生或加重。”

### “三字”辨识法 识别帕金森病

据李洛介绍,帕金森病症状主要分为运动症状和非运动症状。

何为运动症状?李洛总结了“三字”辨识法:抖、慢、僵。“抖”,就是震颤,特点是一种静止性震颤,就是在肢体不运动、不活动的时候而产生的抖动,它是帕金森患者最为明显的特征之一。比如正常的老年人在看电视、聊天时,双手可以自然放在膝盖上,且不会抖,但对于帕金森患者来说,越静止手抖得越厉害。“慢”,就是动作缓慢,常体现在日常活动中,如穿衣、系扣、穿鞋等,患

者完成这些动作时显得不协调且耗时较长。“僵”,就是肌肉僵直、关节僵直、肌张力比较高,比如胳膊伸不开,拳头成一种特殊形态,甚至是腰部也是向前弯曲,走路姿势怪异,甚至跌倒。

“非运动症状同样不容忽视。”李洛补充说,包括吞咽功能障碍、便秘、神经自主功能改变以及精神方面的病变如老年抑郁等。这些症状随着病情的进展逐渐加重,严重影响患者的生活质量。

李洛说,治疗帕金森病是一个综合性的过程,药物治疗是首选方案,且早期的药物治疗非常有效。他的门诊上经常有患者复查时候表示自己的症状明显得到

### 药物+手术 治疗帕金森病

李洛说,帕金森病本身是一种神经退行性疾病,而且是一种逐渐加重的疾病,不论及时治疗与否,帕金森病的症状都会越来越重。因此,所有关于帕金森病的治疗,都是缓解和延长的过程,不是逆转。

李洛说,治疗帕金森病不仅影响患者的身体健康,更对他们的心理健康和生活质量造成严重影响,“我们希望通过此次活动,能够为广大患者带来关爱与温暖,让他们感受到社会的支持与关怀。”

改善。但随着药物使用时间的延长,一般在3至5年以后,药物的作用会越来越轻。另外,还会伴有一些药物的副作用出现,比如剂末现象的出现,通俗来讲就是之前吃完药两个小时作用过后,病人会突然出现“开关”现象,就是突然“卡住”和“僵住”,有时候会出现一些异动。这些都是药物开始减弱并产生副作用的表现。

当药物治疗无法有效控制症状时,外科手术治疗成为另一种选择。“外科手术虽然效果好,但也不能盲目进行。”李主任建议,患者在进行药物治疗5至7年,药物无效或者效果下降的窗口期,接受手术治疗是最合适的。

李洛强调,虽然帕金森病的确切病因尚不清楚,但通过保持健康的生活方式、及时诊治可能导致帕金森病的其他疾病,可以降低患病风险。 记者 王镜



扫码 观看更多 视频内容

为您提醒

### 酒量大、牙齿白、生病少…… 这些“健康”表现 背后有隐患

不少人会根据自己的身体表现来判断健康状况。然而,很多人自认为的身体好的表现,实际上并不一定是正确的。

#### 酒量越大,肝功能越好? 错!

事实上,酒精性肝病往往更常见于那些酒量大的人群,而对于喝酒“脸红”却仍坚持饮酒且寄希望于练出所谓“酒量”的人则更危险。

#### 牙齿越白越健康? 错!

牙齿表面覆盖着一层牙釉质,呈透明或半透明状态,钙化程度越高,牙釉质越透明。牙本质呈淡黄色,当牙釉质钙化完全时,牙本质就会显现出来,因此健康的牙齿看上去是偏淡黄色的。而牙釉质钙化程度越低,则透明度越低,才会呈现为不正常的白色或乳白色。

#### 心脏跳得快,心脏更有劲? 未必!

成人的心跳范围是每分钟60~100次。但是越来越多的研究发现,心跳处于每分钟50~80次范围内最健康。

如果总是心跳偏快,特别是每分钟心跳超过100次的时候,要咨询医生,看看是不是因为某些疾病引起的,例如心律失常、贫血、甲亢、心衰、心肌炎等。

#### 很少生病,说明免疫力强? 未必!

生病的原因是复杂多样的,不能简单地说,不生病或者少生病就是免疫力强。如果防护措施做得好,隔离病原体,同样也可以减少感染机会。

值得注意的是免疫系统过度反应也不是好事,有些疾病被称为自身免疫性疾病,就是免疫系统攻击自身健康细胞造成的问题。 敏怡

链接

### 本周六有帕金森病日义诊

为了增强市民朋友对帕金森病的认识,提高防治意识,由农工党青岛市崂山区基层委主办,青岛大学附属医院牵头,联合青岛市立医院、海慈医院、齐鲁医院(青岛)等8家医疗机构共同承办的“健康青岛农工行”暨世界帕金森病日义诊活

动,将于4月13日上午9点至11点30分,在青岛市崂山区海尔路176号汉卓酒店一楼宴会厅举行。

此次活动旨在为广大帕金森病友提供一个沟通交流的平台,分享防帕治帕的科普知识,掌握科学防治方法。义诊活动会务组负责人

董海超表示,帕金森病不仅影响患者的身体健康,更对他们的心理健康和生活质量造成严重影响,“我们希望通过此次活动,能够为广大患者带来关爱与温暖,让他们感受到社会的支持与关怀。”

值得一提的是,此次活动汇聚了众多神经科领域的

权威专家。他们不仅在帕金森病等神经系统疾病的诊断和治疗方面有着丰富的经验,还积极投身于科普教育和公益事业。届时,青岛大学附属医院神经科主任谢安木博士、齐鲁医院(青岛)神经内科副主任赵翠萍博士、青岛市立医院神经内科主任王平博士等专家将亲临现场,为市民提供免费的咨询和诊断服务。 记者 尚美玉

## 绿壳初生土鸡蛋! 来电领取

答谢岛城新老朋友的厚爱,本公司特发放一批爱心福利物资:一、绿壳初生土鸡蛋30枚;二、牛皮拖鞋一双。

**领取条件:**60周岁以上的本地居民,必须携带有效证件和一年内任意正规保健品收据(微信群团购凭证也可以)。

**友情提示:**已参加过活动者谢绝领取。

福利物资限量200份,夫妻优先。添加工作人员微信即可领取大红包一个!



联系电话:0532-81660509

## 老年人为什么需要适当补充叶黄素

日常生活中,我们需要多吃一些含有叶黄素丰富的食物,比如说甘蓝、菠菜、卷心菜、绿豆、蓝莓、芒果和木瓜,因为这些食物中含有大量的叶黄素,可以保护人体的眼睛,老年人更应该注意叶黄素的补充。

许多老年朋友眼部不适都与缺叶黄素有关,及时补充叶黄素,能保护眼睛不受到破坏,同时滋润双眼,呵护眼睛健康。

为了帮助眼部不适的读者朋友及

家人,老年生活报康康商城限时团购养生堂中药科学研究院蓝莓叶黄素酯片6瓶只需99元,由于此次优惠产品数量有限,还望广大朋友抓紧时间报名申购,售完为止,感谢您的合作和理解!不能到店的读者可免费邮寄货到付款!



0532-87676969 400-6179-028  
老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)  
125.206.218.220.25.32到延安三路南九水路下车即到;225.232.314.125.206.218.220.25.32.104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁;地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。