

当心!

帕金森病不只是老年人的“专利”
最年轻的患者只有两岁

刚刚过去的4月11日是第25个“世界帕金森病日”。帕金森病,一个在65岁以上人群发病率接近2%的慢性疾病,在我国已有300万患者,与帕金森病有关的年平均支出费用占家庭年平均收入比高达44.8%。

可是你知道吗,这个继心脑血管疾病和肿瘤后威胁中老年人健康的“第三杀手”,其实并非只有中老年人才会遭遇。据央视财经报道,虽然帕金森病的平均发病年纪为65岁,但是临床上早发型帕金森病并不少见。青少年帕金森病,是指发病年龄小于等于40岁的帕金森病,占到帕金森病总患者量的10%,目前有记录的最年轻的患者只有两岁。



出现这些症状需警惕帕金森病

帕金森病是一种运动障碍性疾病,其主要的运动症状有三个,分别是运动迟缓、静止性震颤和肌张力增高,其中动作迟缓是最关键的表现。早期患者可以感觉到刷牙、打鸡蛋、擀饺子皮等精细动作不灵活,走路时手臂不会自如摆动,写字变小,表情变得平淡等。

很多患者会出现手的颤抖,术语称为震颤,是帕金森病的常见表现,但这并非是所有帕金森病患者必备的特点。有些患者就仅有肢体的僵硬感,没有震颤,被称为非震颤型帕金森病。随着病程的进展,患者逐渐会出现行走不稳、容易摔倒、活动受限、吐字不清、吞咽困难等症状,独立生活困难。这一发展过程因人而异,时间从数年到二十余年不等。

如何预防帕金森?

这5点很重要

从1817年,詹姆斯·帕金森最早描述这个疾病到现在有200多年了,目前对原发性帕金森病的病因尚不明确,但可以肯定的是它与以下三大因素有关:年龄、环境不良暴露、遗传。因此,虽然目前预防帕金森没有一个特别肯定的说法,但如果能够远离危险因素,就有可能降低发病率。

从环境不良暴露角度来讲,就需远离接触除草剂、杀虫剂、农药以及以MPTP为代表的毒物、汽油、塑料树脂、重金属等。

此外,还需避免或减少一些药物的应用,如利血平、北京降压0号、珍菊降压片、西比灵(氟桂利嗪)、抗精神病药等药物的服用。

此外,帕金森病有5%~10%的患者,是因为遗传因素所导致。因此,如果家里有亲属患有帕金森病,家庭成员应前往医院做一下遗传咨询,了解在生活中应该如何更规律、更健康地生活,来避免或是减缓疾病的发生。

另外,良好的心态也很重要,抑郁也是帕金森病的高危因素,如果心情保持愉快,危险因素就又会减少一个。

最后,大家还需重视肠道功能的稳定。比如说便秘,会让很多“毒物”聚集,也可能造成神经退行性疾病的发生。

对于帕金森病患者,专家强调了以下5点:

- 严格遵医嘱。
- 积极参与整个治疗过程,主动锻炼。
- 不要相信偏方、广告。
- 树立信心,有恒心、要坚持。
- 药物如果有不良反应,及时向医生报告。

综合新华网消息

睡不好、便秘……
都是帕金森病征兆!

说到帕金森病,想必大家的第一印象就是——“抖”。但实际上,除了“抖”之外,帕金森病还有着许多容易被大家忽视的前驱期症状。也正因如此,有许多患者错失了控制疾病的最佳时机。

误区1

帕金森病是老年病?
年轻人也会得!

帕金森病是一种常见于中老年人群的神经系统变性疾病,多发于65岁以上的人群。

这也是我们对帕金森病的传统认知。

“而早发性帕金森病(在50岁之前患病)患者数量虽然并不多,但目前临床上已经看到了不少此类患者,有的甚至20多岁就发病了。”专家表示,造成早发现象的主要原因,可能跟环境、遗传等因素相关。所以帕金森病也不是只有老了才会得,年轻人也需要注意。“因为年轻人患病后,整个疾病的管理周期会更久。所以需要更早期地关注,不要延误诊断。”专家强调。

误区2

手抖才是帕金森?
这些症状是“预警信号”,自测试试看

只有70%的帕金森病患者会出现抖动,还有很多病人只以僵硬为表现。如果从上肢近端的肩膀开始,这个病人可能更多表现为颈部、肩部的疼痛;如果从大腿开始,病人常出现腰疼、腿疼等。专家介绍到,帕金森病的症状表现其实有很多,大多是以运动症状为主。

专家大致列了几个常规的运动症状表现,大家可以自测一下↓

- 走路容易跌倒吗?
- 做事情相较以前,突然变慢?
- 面部表情是不是没有以前丰富?
- 说话声音越来越小,甚至含混听不清楚?
- 走路时是不是脚拖着走小步?
- 是不是有时候脚突然像粘在地上一样抬不起来?
- 从椅子上起立有困难吗?
- 写字跟以前相比,越写越小?

除此之外,帕金森病还有一些非运动症状,也不容我们忽视。比如严重的嗅觉减退,严重的便秘也可能是帕金森病的一个前驱期信号。还有严重的抑郁。患者可能还会出现一些神经精神症状,如抑郁、焦虑、淡漠(只要你不跟他说话,他可以坐在那儿一上午,一句话都不说),还有的病人出现幻觉、妄想。

还有严重的睡眠障碍。如入睡困难、易醒、多梦、白天嗜睡,晚上做噩梦、出现喊叫,拳打脚踢等睡眠异常行为。有研究显示,一个帕金森病人身上可能多种症状同时存在。所以如果你有出现以上相关症状的一个或一个以上,都应尽早到医院找专科医生就诊。

误区3

越晚吃药,效果更好?
当然不是!

帕金森病必须早发现、早治疗。

很多患者会觉得帕金森病反正也治不好,现在就把药吃了,以后就没药可吃?专家表示,首先,晚几年再吃药,疗效并不如一开始就吃药那么好。其次,这样做实际上是极大地牺牲了患者这几年的生活质量,完全没必要。帕金森病虽然不能根治,但通过药物等手段治疗后,是一个可以控制得比较好的疾病。

误区4

手术治疗一劳永逸?
大错特错!

“这也是一个特别大的误区!”专家表示,手术治疗并不是根治,术后患者还是得吃药。另外,手术治疗有着严格的适应症和禁忌症。

首先,患者帕金森病发病15年以上、药物治疗有效但作用时间变短、无法再增加药量,这个时候想要生活控制得更好一点,才考虑手术。其次,术前会有详细的测评和术前评估。如果不符合手术要求、有相关禁忌症、术后改善率很低……是不能做手术的。

误区5

症状有所改善,就自行停药?
太危险!

专家表示,帕金森病人突然停药会出现恶性停药综合征,如高烧、昏迷、抽搐,非常危险。另外,还有些患者觉得药有效,但一次药效时间短,就不停地吃药,有病人甚至一天吃了十几片。

“这样也是不对的,会造成多巴胺失调综合征。”专家表示,药量越吃越大,会造成药物有效期也可能出现全身乱动、或是不能很好活动的情况。因此,如果服药期间出现药效时间变短,不能很好满足一天的生活时,应及时前往自己的主管医生那里进行药物调整,而不是自行处理。