

手腳僵硬、不自覺的顫動

談帕金森氏症

王佩麟
護理師

我們可能看過路上的老伯伯，邊說話時手會不停地抽動，身體顯得僵硬、不自然；或是退休的拳擊手，吃東西時沒有辦法拿穩湯匙，湯會一點一點地濺出，還不停地敲擊著碗壁。似乎，患者的行動都逐漸失去調節，沒有辦法自我控制。到底，為什麼會有這種惱人的疾病纏身？家中的長者罹患了這樣的病症，又該怎麼幫助他（她）呢？

帕金森氏症是由一位英國醫師詹姆士·帕金森所發表，故稱為帕金森氏症，又名「震顫麻痺」。此症可說是一種老年病，患者發病的年齡多數在50~60歲左右，男女均可能患此病，其主要臨床特徵是不自主的顫動、肌肉僵硬和活動減少。雖然病因至今仍不太清楚，但從患者發病年齡較晚的特點看來，似乎和腦部基底核神經細胞的退化有關。

帕金森氏症的症狀分：(1)初期症狀——即非對稱性的輕微震顫，常見於四肢部分；(2)典型症狀——即眼呆瞪、面無表情、聲音單調、動作遲緩、全身肌肉僵硬；(3)後期症狀——以手部震顫最明顯，腿部、軀幹的續發性震顫，舌、唇、頸肌和眼瞼亦有明顯震顫。步行時顯出急迫的樣子，加上身體前趨的結果，只見病人越走越快，像要追趕其身體的重心似的，關節與肌肉深部疼痛，



最後全身僵硬和震顫，失去自我照顧的能力。其他症狀還包括寫字退步、字體變小、臉上出油及自律神經失調等。

此病目前雖然無法「痊癒」，但是透過適當的藥物治療，病況可得以控制，壽命也不會顯著地縮短。由於帕金森氏症是因為腦中的一種神經傳導物質「多巴胺」的產量不足，故藥物治療即是針對此病因，給予巴多胺製劑、多巴胺催動劑及抗乙醯胺劑。治療帕金森氏症的方法，除了服用藥物之外，還需要做預防運動機能退化的訓練，也就是要做復健的訓練，即全身的關節範圍運動，包括旋轉、屈曲、伸展等。

在日常生活方面，需對家中的擺設及安全防護設施加以注意，以免跌倒時受到重創；穿鞋不要穿要繫鞋帶的鞋，而要以方便為主；刮鬍子時最好使用電動刮鬍刀；肢體僵硬時，則可以洗溫水澡及按摩，來得到些微的改善。另外，罹患帕金森氏症的人通常會比較憂鬱、煩惱，所以應該在適當的時候，給予患者鼓勵、勇氣等情緒支持亦是非常重要的。

