

# 抗 帕 百 问

主  
编  
帕  
友  
网



同济大学出版社  
TONGJI UNIVERSITY PRESS

# 抗 怕 百 问

主编 帕友网



同济大学出版社  
TONGJI UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

抗帕百问 / 帕友网主编. -- 上海: 同济大学出版社, 2017.3

ISBN 978-7-5608-6781-6

I. ①抗… II. ①帕… III. ①帕金森综合征 - 防治 - 问题解答 IV. ① R742.5-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 041313 号

# 抗帕百问

主编 帕友网

出品人 华春荣

策划编辑 朱 勇

责任编辑 陈红梅

责任校对 徐春莲

装帧设计 张 微

插画设计 龚 滔

出版发行 同济大学出版社 [www.tongjipress.com.cn](http://www.tongjipress.com.cn)  
(地址: 上海四平路 1239 号 邮编: 200092  
电话: 021-65985622)

经 销 全国各地新华书店  
印 刷 上海丽佳制版印刷有限公司

开 本 889mm×1194mm 1/32

印 张 7.75

字 数 20 8000

版 次 2017 年 3 月第 1 版 2017 年 3 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5608-6781-6

定 价 28.00 元

本书若有印装问题, 请向本社发行部调换 版权所有 侵权必究

# 前言

从帕金森病 1817 年被发现命名至今，人类与之抗争的历史已经延续了 200 年。

帕金森病是一种慢性进展性疾病，和它的斗争是一场持久战。帕金森病目前虽不能被治愈，但现有的科学治疗和疾病管理方法，已经能让帕金森病患者拥有良好的生活质量。与此同时，追求有质量的带病生活，也是所有帕金森病患者和家人的迫切渴望。

当前，帕金森病的治疗理念已从以往单纯的药物治疗演变为科学的疾病管理。国内外最新的治疗指南均明确提出以药物治疗作为基础，保持乐观的心态，辅以科学护理和合理的康复锻炼，就能自如应对疾病，保证有质量的生活。

然而，在日常诊疗过程中，我常常见到为数不少的患者因为某些误区造成治疗的时机延误，导致病情进展迅速；有些患者在治疗过程中得不到正确的指导，逐渐丧失了战胜疾病的信心；同时，我也亲眼见到很多患者通过自身科学的疾病管理，在数十年的病程中，

依然保持良好的生活和社会功能，在与帕共舞的日子里依然享受精彩的生活，他们所积累的宝贵经验对于其他患者来说也是良好的借鉴。

为此，在中华医学会神经病学分会帕金森病及运动障碍学组的支持下，帕金森病公益网站——帕友网在2016年发起了“抗帕百问”项目，广泛征集帕友们所关心的数百个问题，并邀请全国的专业医生回答，经过专家组的审核，最终荟萃精华集结成书。

值得一提的是，《抗帕百问》是国内帕金森病领域第一本诠释“以患者为中心”理念的读物：所有的问题来自患者，又最终服务于患者。

书中涉及的内容不求包罗帕金森病的全部知识，却是帕友真正想了解的；问题的答案来自热心的医师，经过专家组审核，以保证科学客观性；书中也涉及较多帕金森病患者衣食住行、心理康复等方面信息，以及一些实用工具如帕金森病小屋、健康操等，还有来自帕友的真实故事和经验的分享。这些在帕金森疾病管理中的作用不容小觑。

在抗帕的路上，帕友、家人、医生及所有关注帕金森病的群体，都是重要的力量。这份凝聚了众人热情、

此为试读，需要完整PDF请访问：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

心血和力量的作品，将作为纪念抗帕金森病 200 周年的献礼，希望这本书能给中国 200 多万帕金森病友带来支持和帮助。

我们可能无法阻止疾病的降临，但我们可以科学地管理疾病，创造同样精彩的生活。

与各位共勉。

陈生弟教授

上海交通大学医学院附属瑞金医院神经内科主任

2017 年 3 月

# 目 录

|    |     |
|----|-----|
| 前言 | 003 |
|----|-----|

## 抗帕百问

|                                        |     |
|----------------------------------------|-----|
| 帕金森病基础知识                               | 020 |
| 1. 什么是帕金森病？怎么引起的？                      | 021 |
| 2. 帕金森病的常见病因有哪些？                       | 021 |
| 3. 帕金森病发病年龄大概是多少？                      | 022 |
| 4. 青年人为什么也会得帕金森病？                      | 022 |
| 5. 患帕金森病男女性别概率是多少？                     | 023 |
| 6. 哪些人群容易得帕金森病？                        | 023 |
| 7. 帕金森病是否会影响寿命？                        | 024 |
| 8. 帕金森病会遗传吗？家属中有帕金森病患者，<br>其他人得病概率是多少？ | 025 |
| 9. 帕金森病能治愈吗？                           | 025 |
| 10. 帕金森病会传染吗？                          | 026 |
| 11. 帕金森病进展可以控制吗？                       | 027 |
| 12. 如何预防帕金森病？                          | 028 |
| 13. 得了帕金森病怎么办？                         | 030 |
| 14. 如何筛查是否得了帕金森病？                      | 031 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 15. 帕金森病与帕金森综合征有何区别？治疗有何不同？   | 033 |
| 16. 帕金森病的病情是如何分级的？            | 034 |
| 17. 帕金森病的早期症状有哪些？             | 037 |
| 18. 帕金森病患者会出现头晕吗？             | 040 |
| 19. 帕金森病患者一定会有肌强直的现象吗？        | 041 |
| 20. 帕金森病会引起膝关节疼痛吗？            | 042 |
| 21. 帕金森病会引起抑郁吗？               | 043 |
| 22. 帕金森病的常见并发症有哪些？            | 044 |
| 23. 什么是非运动症状？帕金森病一定会出现非运动症状吗？ | 045 |

## **帕金森病的诊断** 047

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 24. 医生诊断帕金森病的主要依据是什么？        | 048 |
| 25. 如何区别帕金森病智力减退与阿尔茨海默症早期症状？ | 050 |
| 26. 没有肢体颤抖能诊断为帕金森病吗？         | 051 |
| 27. 初次就诊时，临床医师会问哪些问题？        | 052 |
| 28. 诊断帕金森病，需要做哪些影像检查？        | 053 |
| 29. 基因检测对于帕金森病诊断是否有帮助？       | 054 |

30. 帕金森病的治疗原则有哪些? 056
31. 如何个性化制定抗帕方案? 如何检测病情的发展? 058
32. 甲亢与帕金森病运动症状是否有关? 059
33. 帕金森病主要有哪些治疗方法? 060
34. 治疗帕金森病的药物有哪些? 062
35. 有哪些药物可以改善帕金森病运动症状? 063
36. 有哪些药物可以延缓疾病进展? 064
37. 帕金森病的用药目标和原则? 064
38. 用药过程中如何防治运动并发症? 066
39. 抗胆碱能药物的作用机制是什么? 有何优缺点? 068
40. 金刚烷胺的药理作用与副作用? 069
41. 出现疗效减退怎么办? 069
42. 服药后依然出现步态冻结和起步困难怎么办? 070
43. 服药后仍有震颤怎么办? 070
44. 帕金森病患者服用复方左旋多巴没效果怎么办? 071
45. 服用复方左旋多巴片引起的副作用, 停药后会消失吗? 072

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 46. 如何调节因帕金森病引起的“开关现象”？         | 072 |
| 47. 产生异动症的患者，如何快速有效治疗？          | 074 |
| 48. 晚期帕金森病药物已无法控制，怎么办？          | 075 |
| 49. 服用复方左旋多巴片剂量过大会会有什么后果？       | 075 |
| 50. 复方左旋多巴能渐渐停用吗？               | 076 |
| 51. 复方左旋多巴与多巴胺受体激动剂有什么区别？       | 077 |
| 52. 新诊断的帕金森病患者可以使用复方左旋多巴吗？      | 078 |
| 53. 受体激动剂如何发挥作用，比左旋多巴好吗？        | 079 |
| 54. 多巴胺受体激动剂有哪些？如何选择呢？          | 080 |
| 55. 多巴胺受体激动剂有哪些副作用？             | 081 |
| 56. 多巴胺受体激动剂适合在病程什么时候使用？可以长期用吗？ | 082 |
| 57. 多巴胺受体激动剂如果需要撤药，要注意什么问题？     | 083 |
| 58. 帕金森病通过药物控制后是否可以停药？          | 084 |
| 59. 帕金森病患者药物漏服怎么办？              | 085 |
| 60. 帕金森病药物饭前吃还是饭后吃？             | 085 |
| 61. 各种帕金森药物服用是否有相互影响？           | 086 |
| 62. 如螺旋藻这样的保健品是否可以与帕金森病药物同服？    | 087 |

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 63. 高血压与糖尿病药物是否可以与帕金森病药物同服?        | 087 |
| 64. 帕金森病患者出现有心情烦躁, 怎么办?            | 088 |
| 65. 帕金森病药物和精神类药物同时使用要注意什么?         | 088 |
| 66. 帕金森病用药后出现幻觉和失眠怎么办?             | 089 |
| 67. 帕金森病或抗帕金森病药物是否会引起眼睛模糊?         | 090 |
| 68. 为什么帕金森病患者服药后会出现出汗?             | 091 |
| 69. 长期服用安定会诱发帕金森病吗?                | 092 |
| 70. 帕金森病患者出现饥饿感是否与乙酰胆碱有关?          | 092 |
| 71. 帕金森病患者出现恐惧症状, 是否与乙酰胆碱或多巴胺水平有关? | 093 |
| 72. 帕金森病能不能手术治疗?                   | 093 |
| 73. 机器人辅助的微创核团毁损术和脑起搏器手术各自的优劣势?    | 094 |
| 74. 什么样的人适合 DBS ?                  | 095 |
| 75. DBS 安全吗?                       | 096 |
| 76. DBS 能减轻手抖、肌强直等问题吗?             | 096 |
| 77. 帕金森病患者植入脑起搏器效果如何?              | 097 |
| 78. 帕金森病患者植入脑起搏器需要注意什么?            | 097 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 79. 中药能治愈帕金森病吗?         | 098 |
| 80. 针灸是否对帕金森有帮助?        | 099 |
| 81. 脑神经营养剂是治疗帕金森病的首选药吗? | 099 |
| 82. 干细胞移植是否能治愈帕金森病?     | 100 |

## **帕友的日常护理** 101

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 83. 睡觉常发恶梦怎么办?                   | 102 |
| 84. 夜间翻身困难怎么办?                   | 102 |
| 85. 患病后小便失禁怎么处理?                 | 103 |
| 86. 帕金森病患者如何控制尿频?                | 104 |
| 87. 帕金森病患者出现大小便困难怎么办?            | 104 |
| 88. 哪些药物可以帮助改善帕金森病患者的便秘<br>症状?   | 105 |
| 89. 出现睡眠障碍是否可以服用安眠药?             | 105 |
| 90. 帕金森病患者出现幻觉怎么办?               | 106 |
| 91. 患帕金森病后出现肩周炎怎么办?              | 108 |
| 92. 帕金森病患者出现多梦, 大叫怎么办?           | 108 |
| 93. 帕金森病患者睡觉时出虚汗、是否可以通过<br>中药调理? | 109 |
| 94. 早期帕金森病对睡眠有什么影响?              | 110 |
| 95. 帕金森病患者出现睡眠障碍, 应如何解决?         | 111 |
| 96. 帕金森病为什么会引起头痛, 如何治疗?          | 112 |

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 97. 帕金森病患者为什么会产生幻觉?                | 113 |
| 98. 如何控制因帕金森病引起的流口水?               | 116 |
| 99. 帕金森病患者出现吞咽困难怎么办?               | 116 |
| 100. 帕金森病患者喝水或吃流食总会呛到气管里, 有什么方法缓解? | 117 |
| 101. 帕金森病患者出现咬舌头怎么办?               | 119 |
| 102. 帕金森患者为什么会发音困难, 甚至不能说话?        | 119 |
| 103. 服药后出现口腔溃疡, 是否与药物相关?           | 120 |
| 104. 帕金森病出现行动不便, 口吃, 肌肉萎缩怎么办?      | 120 |
| 105. 帕金森病患者使用筷子不方便怎么办?             | 121 |
| 106. 帕金森病患者双腿无力, 站不稳, 易跌倒, 是什么原因?  | 122 |
| 107. 帕金森病患者出现慌张步态是什么原因造成的?         | 124 |
| 108. 帕金森病患者走路费劲怎么办?                | 124 |
| 109. 帕金森病患者为何有腰腿疼, 怎么办?            | 125 |
| 110. 帕金森病伴有心肌供血不足, 出现全身性忽冷忽热是什么原因? | 126 |
| 111. 得了帕金森病易出汗怎么办?                 | 127 |
| 112. 患帕金森病对性功能会产生障碍吗?              | 128 |

|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| 113. 护理帕金森病患者需要注意些什么?              | 130 |
| 114. 帕金森病患者的家居安排要注意些什么?            | 133 |
| 115. 帕金森病患者的穿戴有哪些需要注意的?            | 135 |
| 116. 为什么帕金森病患者夏天症状会减轻, 是因为日照多的原因吗? | 136 |
| 117. 帕金森病患者可以开车吗?                  | 137 |

## **帕友的运动康复** 138

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| 118. 运动可以改善和控制帕金森病吗?                 | 139 |
| 119. 帕金森病人如何康复锻炼?                    | 140 |
| 120. 家属在帕金森病人康复中会起哪些作用?              | 143 |
| 121. 康复训练中有哪些需要注意的事项?                | 144 |
| 122. 帕金森病患者可以练习太极拳、瑜伽吗?              | 146 |
| 123. 帕金森病患者(手抖, 疼痛, 服药后减轻)能够从事体力活动吗? | 146 |
| 124. 跳广场舞是否有助于缓解帕金森病症状?              | 147 |
| 125. 游泳能帮助帕金森病患者保持更好的身体状态吗? 为什么?     | 148 |

- |                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| 126. 帕金森病患者容易出现哪些饮食营养的问题?         | 151 |
| 127. 帕金森病患者饮食应该注意什么? 哪些食物比较推荐?    | 153 |
| 128. 帕金森病患者有什么忌口的吗?               | 154 |
| 129. 帕金森病人如何进补? 什么样的补品适合?         | 155 |
| 130. 是否存在能有效延缓帕金森病进程的食物?          | 156 |
| 131. 帕金森病患者是否可长期饮用黑咖啡, 对药物是否会有影响? | 156 |
| 132. 服用蚕豆对帕金森病是否有效?               | 157 |
| 133. 帕金森病患者可以吸烟吗?                 | 158 |
| 134. 吃欧米伽 3 对帕金森病有帮助吗?            | 159 |
| 135. 喝茶对帕金森病人有好处吗?                | 159 |
| 136. 帕金森病患者是否能适当饮酒?               | 160 |
| 137. 辅酶 Q10 有用吗?                  | 161 |
| 138. 帕金森病人经常有便秘, 饮食上如何调整 and 注意?  | 162 |
| 139. 帕金森病患者食欲不振、不想吃东西怎么办?         | 163 |
| 140. 帕金森病患者不能吃肉吗?                 | 164 |

## 帕友的心理疏导 165

141. 帕金森病患者出现坐立不安，心里不舒服， 166

总爱掉眼泪，心烦怎么办？

142. 抑郁症和帕金森病之间有什么联系吗？ 166

143. 帕金森病患者出现抑郁，有哪些危害？ 167

144. 如何判断有抑郁症状呢？ 168

145. 帕金森病患者出现抑郁症状怎么办？ 168

146. 家属如何及早发现帕金森病患者的抑郁症 170

状呢？

147. 在生活中家人应如何避免刺激帕金森病患者 170

的情绪？

148. 还有哪些可以改善帮助患者情绪的方法？ 171

149. 日常生活中应如何照料帕金森病抑郁患者？ 172

# 帕友故事

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 怎样才能让锻炼成为习惯，而不是压力          | 176 |
| 风雨过后是彩虹——青年帕金森之家           | 183 |
| 校正心态，重返理想航道                | 185 |
| 做抗帕路上的小小萤火虫                | 188 |
| 心似决堤的海                     | 192 |
| 帕患与家人                      | 196 |
| 父亲，我不是医生——记一个帕金森病患者家庭的抗帕故事 | 200 |
| 帕金森病的“退”与“进”               | 204 |
| 做自己命运的主人，你也可以              | 206 |
| 按照服药表正确服药——晒晒我的用药经         | 210 |
| 我是如何对待帕金森病的                | 214 |

# 帕友小工具

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 自我筛查，可助早期发现帕金森病 | 220 |
| 帕金森小屋：改造居家环境之秘诀 | 222 |
| 3分钟自测帮你判断是否有抑郁？ | 232 |
| 帕金森健康操          | 234 |

# 致谢

241