

# 帕金森病早期征兆不全是“抖”

□ 王明宇



每年4月11日是世界帕金森病日,这一天不仅是为了纪念英国医生詹姆斯·帕金森博士,更是为那些与帕金森病抗争的人们送上祝福与关爱。作为神经外科医生,我将带领大家踏上一段“探秘之旅”,了解帕金森病的早期症状、鉴别诊断和治疗方法。

## 帕金森病成因待解

帕金森病听起来有些陌生,但它的发病率却并不低,在神经系统退行性疾病中排名第二,仅次于阿尔茨海默病(老年痴呆)。想象一下,你的手脚开始不由自主地颤抖,面部表情变得僵硬,走路也摇摇晃晃……这就是帕金森病给患者带来的困扰。那么,究竟是什么原因导致了这一切呢?

帕金森病的成因一直是个错综复杂的谜团。有些研究者认为,环境因素是诱因之一。比如,长期接触农药、杀虫剂或某些金属毒素,都可能增加患病风险。遗传因素也“扮演”重要角色,约10%—15%的患者有家族史,不禁让人感叹,基因的力量无处不在。此外,免疫系统异常、炎症机制、氧化应激和线粒体功能障碍等因素,都可能成为帕金森病的“罪魁祸首”。

## 警惕微小的动作异常

帕金森病经常如同一位“不速之客”悄然来临。在早期,其症状并不明显,容易被忽视。然而,如果我们能够捕捉到这些“隐秘信号”,就能更早地采取措施,为治疗赢得宝贵时间。

帕金森病的症状多种多样,其中最

为典型的是运动症状。起初可表现为一些微小的动作异常,手指或脚趾在静止时出现轻微的震颤,这种震颤通常不易察觉,但在紧张或疲劳时将变得更为明显。此外,患者可能会感到肌肉有些僵硬,肢体动作变得不那么流畅自然。例如,扣不上衣扣、字越写越小等,这些症状虽然轻微,但却是帕金森病早期的重要线索。患者面部表情也会受到影响,常常显得严肃而缺乏活力,即所谓的“面具脸”。帕金森病还可能导致姿势和步态异常,让人看起来有些怪异。

## 肠胃、情绪不“听话”也需关注

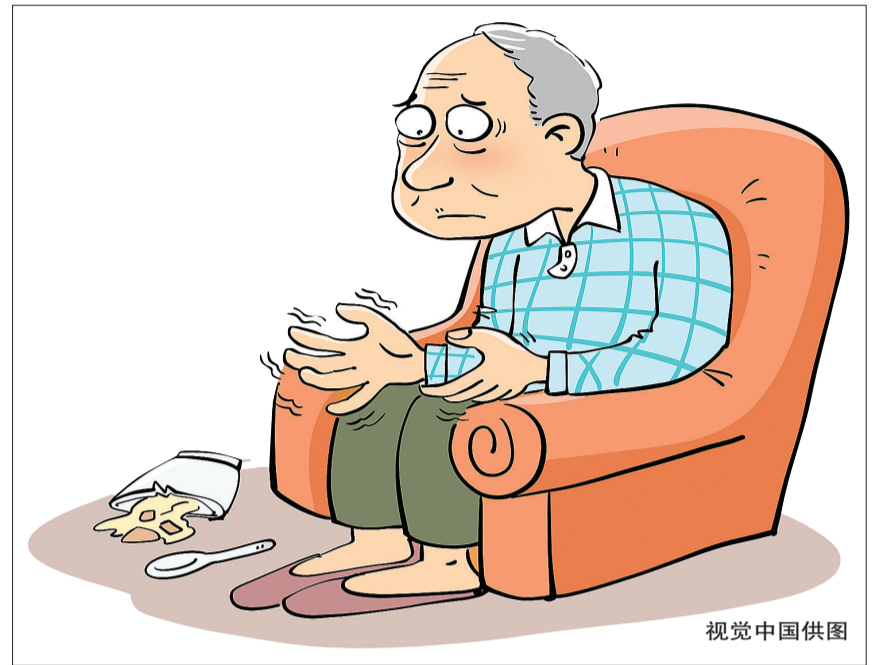
除了运动症状,帕金森病还伴随一系列非运动症状。比如,你可能会发现自己的肠胃功能似乎变得不“听话”了,经常便秘;嗅觉变得不灵敏了,甚至对一些曾经熟悉的气味也感到陌生;睡眠也跟着出现问题,如夜间多梦、产生幻觉、大喊大叫,甚至影响到身边的人。

帕金森病早期还可能表现为一些情绪和认知方面的改变。患者可能会感到情绪低落,情绪波动较大。同时,记忆力、注意力、思维能力也会受到一定影响,表现为记忆力减退、思维迟缓等。这些症状看似与帕金森病无关,但实际上可能是疾病早期的重要信号。它们虽然不如运动症状那么显眼,却同样给患者的生活造成不小困扰。

## 症状鉴别有窍门

需要强调的是,这些症状并不是帕金森病所特有的,也可能是其他疾病的表现。

在诊断帕金森病时,首先医生需要仔细进行鉴别。比如,帕金森叠加综合征就是一种容易与帕金森病混淆的疾病,该病早期就会出现语言和步态障碍,姿势不稳,中轴肌张力明显高于四肢,但无静止性震颤,且对左旋多巴药物反应不明显。其次是特发性震颤,这是一种进展缓慢的疾病,震颤是唯一症状,且静止时减轻或消失,这与帕金森病大相径庭。



视觉中国供图

另外,还有抑郁症,虽然抑郁症患者也可能出现表情缺乏、运动减少等症状,但一般不伴有静止性震颤和肌强直,且有明显的情绪低落和快感缺乏。医生需要通过详细的病史询问和体格检查,以及必要的辅助检查,来准确判断患者病情。

## 药物和手术结合治疗效果好

治疗帕金森病是一个全面全程管理的过程,包括药物治疗、手术治疗、运动康复疗法、心理疏导,以及照料护理等,需要多方面的协作和努力。其中,药物治疗是首选和贯穿疾病全程的方法,通

过合理的药物搭配和剂量调整,可有效缓解患者症状,提高生活质量。但帕金森病是持续进展的,药物疗法将逐渐达到极限。幸运的是,随着科技的进步,神经调控类手术如脑深部电刺激术(DBS)让帕金森患者重获新生,通过手术治疗,可以进一步改善患者的症状;运动康复疗法可以帮助患者恢复肌肉功能和平衡能力;心理疏导则可以帮助患者调整心态,积极面对疾病;而照料护理则是患者日常生活中不可或缺的支持。

帕金森病的治疗并非一蹴而就,需要患者、家庭和医生共同努力。只要保持积极的心态,坚持治疗,相信一定能战胜这个“不死的癌症”,重获健康和幸福。

(作者系山西医科大学第一医院神经外科主治医师、中国医师协会健康传播工作委员会委员)

# 美好季节里的烦恼

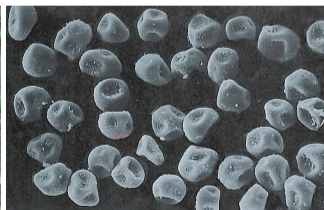
□ 尹传红



春天里万物复苏、百花争艳。然而,在这美好的季节,却有人会因花粉飞扬而苦不堪言,甚至“痛哭流涕”。这样的事情虽时有耳闻,我仍惊诧于3月30日那天晚上所见:一桌十人相聚,聊天竟聊出三人花粉过敏!也巧了,他们全都来自航天领域。说及各自应对花粉过敏症的诀窍,真让人忍俊不禁。

几天过后,4月7日上午,我与同事到北京市天坛公园调研科普工作,又有了另一番见识。当宣教中心主任王玲引我们从北门入园时,一位同事发出感慨:置身青葱绿植之中,鸟语花香相伴,在这里工作真美啊!王玲听了,说道:身在其中,我的美好之外也有烦恼啊!

我们这才注意到,不知什么时候她戴上了口罩。原来,她对圆柏的花粉过敏。眼下,北京正值春季花粉过敏高峰期,人们熟知的圆柏、毛白杨、旱柳、榆树等树种早春开花,还有桦树等树种晚



左图为天坛公园里常见的园林绿化树种圆柏(雄株),它同时生长着刺形叶和鳞形叶,并布满了雄球花。金衡摄  
上图为放大500倍的圆柏花粉粒照片。图片选自《北京园林植物花粉扫描电镜图谱》

春开花,它们的花粉主要依靠风力作为传粉媒介进行传播,是导致北京市民春季过敏的过敏原,而圆柏花粉则是近期的主要致敏原之一。在2023年发表的《中国花粉致敏树种分级研究》论文中,圆柏花粉在致敏树木致敏性评分中的分级为严重致敏,强阳性率最高。

王玲说,她已有15年的“过敏龄”,每到春天这个季节真是太难受了:从一开始是感冒的症状,流鼻涕,然后就是角膜发炎、眼睛红肿,耳朵里边也痒痒

的。最严重的时候呼吸都困难,有一次还差点诱发哮喘。夜里常常也难睡得无法入睡,有段时间要靠吃药来调整。

说话间,我们来到了几棵圆柏旁。圆柏为柏科刺柏属常绿乔木,是北京最重要的绿化树种之一。圆柏叶较为特别,刺形叶和鳞形叶竟能交错生长。我们眼前的这棵圆柏是雄株,其枝叶上开满了金黄色的雄球花,它们散播出来的花粉,就是引发过敏的“元凶”。

在通往天坛公园东门的一个行道

上,我们看到了三块科普宣传板,主题是“关注花粉过敏 共享健康生活”。上边写道:植物花粉在空气中飘散,通过呼吸道和眼睛引起的人体变态反应,临床称为花粉过敏症,简称花粉症或枯草热。还提示说:城市热岛效应造成二氧化碳浓度增加和气温升高,会使植物的开花期延长,产生的花粉量增加,从而增加花粉过敏症的发病率。空气中的氮氧化物和柴油机排出的颗粒物则会改变花粉表面蛋白构成,释放出更多的过敏原,增加过敏反应的强度。

应对花粉过敏,似乎已成为一个世界性难题。我给北京林业大学教授张志翔打电话问询,他告诉我,就柏树花粉治理来说,目前确实苦无良法。能做到的是,在规划新建公园和小区绿化时避免种植圆柏雄株,或减少人员密集的绿地中圆柏雄株的种植。他还建议,对植物花粉过敏要加强源头控制。今后的城市小区建设,基于环境对居民健康影响的考虑,应由园林绿化管理部门对小区内将要种植的树种进行审核、评价,尤其要控制风媒植物(气传花粉)树种的引入,让人们在美好的季节里少一些烦恼。