

帕金森病的常见症状知多少

作为一种常见的神经退行性疾病,帕金森病首发症状通常是一侧肢体的震颤或活动笨拙,进而累及对侧肢体,导致生活不能自理。做到知“帕”不怕,应了解帕金森病的以下症状:

帕金森病的临床症状

- 1. 震颤。**震颤通常起始于四肢,尤其是手和手指,患者可能拇指与食指来回摩擦,即“搓丸样”动作,手部会在静止不动时出现震颤。
- 2. 动作迟缓。**随着病程进展,帕金森病可能使动作变缓慢,使简单的任务难以完成或者更耗时间,走路时迈的步子可能变短,难以从椅子上起来,还可能走路像拖着脚一样。
- 3. 肌肉强直。**帕金森病患者身体的任何部位都可能出现

肌肉僵硬,僵硬的肌肉可能会疼痛。

- 4. 姿势和平衡损伤。**帕金森病患者可能弓着身体,或者难以保持平衡。
- 5. 说话改变。**帕金森病患者说话可能会变轻、变快、变含糊,或者在说话前很犹豫,说话的语调可能会变单一。
- 6. 书写改变。**帕金森病患者写字可能会变得困难,而且会出现“小字征”。

帕金森病伴随症状

帕金森病通常会伴有其他的问题,例如:

- 1. 抑郁和情绪改变。**帕金森病患者可能出现抑郁,有时在疾病早期就会出现。接受抗抑郁治疗可以使患者更容易接受帕金森病的其他挑战。除了抑郁,也可能出现其他的情绪

改变,如恐惧、焦虑。

- 2. 吞咽困难。**帕金森病患者因为吞咽减慢,唾液可能会在口腔内聚集,导致流涎。
- 3. 咀嚼和进食困难。**晚期帕金森病会影响面部肌肉,导致患者难以咀嚼,容易出现呛咳、窒息或营养不良。
- 4. 睡眠问题。**帕金森病患者常出现睡眠问题,包括夜间反复觉醒、清晨很早醒来或日间嗜睡,患者也可能出现快速动眼期的睡眠行为异常,比如把梦境通过行为表现出来。
- 5. 膀胱功能异常。**帕金森病可能导致膀胱问题,比如排尿不受控制或排尿困难。
- 6. 便秘。**许多帕金森病患者会出现便秘,主要是因为消化道蠕动减慢。
- 7. 血压改变。**帕金森病患



者起身时由于血压突然下降,可能出现头晕或头重脚轻感(直立性低血压)。

- 8. 嗅觉改变。**帕金森病患者可能闻不到气味,或者难以辨别气味。
 - 9. 疲劳。**许多帕金森病患者会觉得缺乏能量,异常疲劳,尤其是在下午或晚上。
 - 10. 疼痛。**部分帕金森病患者有疼痛症状,可能有特定的部位,也可能周身疼痛。
- 石家庄市第三医院神经内科主任 刘立新

哮喘发作有信号

哮喘发作之前是有一些信号的。病人夜间易醒、打喷嚏、流鼻涕、流眼泪、咳嗽、咽痒等情况,往往是哮喘发作的早期征兆。病人从早期征兆到哮喘发作之间有一个时间窗,国外的研究认为这个时间窗有5天左右,国内研究发现只有3天,这期间,可根据这些症状的严重程度及时选择相应的药物进行防治,如果症状较轻时,可吸入糖皮质激素,给予抗过敏药物;如果出现胸闷、憋气等症状时,加大吸入糖皮质激素的用量,必要时口服糖皮质激素。及时给药,可起到较好的预防哮喘发作的效果。

哮喘患者一定要按时、规律用药,同时要分清控制性药物和缓解性药物,控制性药物需要长期规律使用,缓解性药物只在出现哮喘症状时临时使用,病人最好随身携带急救药物。

对于胃食道反流引起的哮喘,应该坚持少食多餐,晚餐不吃脂类含量高的食物,适当使用抑制胃酸分泌的药物,睡眠时抬高头位。

郑州市第三人民医院呼吸科主任 王慧林

出现五种情况 要提高免疫力

出现以下这5种情况,就该重视免疫力问题了。

伤口恢复慢,易发炎。不小心被划伤后,普通人体内的免疫力会迅速反应,促进凝血,白细胞聚集对抗人体外的病菌,避免出现炎症。但是免疫力比较差的人,就可能出现伤口愈合比较慢的情况,两三天还是没有结痂,并且出现发炎、溃烂等表现。

容易莫名地出虚汗。不管

是什么天气都容易出虚汗的人,或许免疫力也比较差,而且这类人还可能睡觉时容易出虚汗,总是睡觉不踏实。

容易腹泻,肠胃不适。人体肠胃黏膜也是免疫系统的一道防线。免疫力比较差的时候很可能让病菌有机会进入人体。例如,同样是出去吃饭,饭菜可能确实不太卫生,有人吃完没事,但是有人上吐下泻。

频繁生病,反复不断。隔三岔五就感冒、发烧、咽喉不适,并且在生病后可能断断续续很久都没有康复,也说明自身免疫力比较差。

无精打采,总觉得累。当人体免疫系统不够健全时,也可能会带来慢性疲劳的问题。人们很容易觉得浑身无力、疲惫,稍微活动活动就没有力气了,这也是免疫力比较弱的一个表现。

王岚/文

三种皮肤病 专找坏脾气

人们感到高兴的时候,看起来容光焕发、神采奕奕;忧愁苦闷、情绪差的时候,往往会面容憔悴,皮肤变得灰暗无光,甚至形成黄褐斑。以下三种皮肤病专找“坏脾气”。

痤疮。精神压力会促进肾上腺皮质激素、雄性激素的分泌,诱发痤疮,还会增加皮损部位的神经肽类物质分泌,加重炎症反应。心火上炎,血中热毒郁结,面部易生痤疮。

斑秃。焦虑、急躁或悲观、



情绪敏感的人易发生斑秃。斑秃患者本身的心态是发病基础,随着心态的改善,大多数患者的症状也会好转。

湿疹。很多患者在发病前及病程中,应激性生活事件较多。压力、失眠、过度疲

劳、情绪变化等因素,均可诱发或加重湿疹。因此,除了遵医嘱外,患者也要重视心理健康,避免过度紧张。

要善于利用情绪调节治疗皮肤病。七情引起的皮肤病变,在治疗上务须身心同治。所谓“治心”者,着重精神因素和心理治疗,通过语言开导,使其移情易性,消除精神心理障碍;或采用舒肝、宁心、安神、镇静等药物治疗。

天津市中研附院心身疾病科主任 顾石松

富强 民主 文明 和谐

自由 平等 公正 法治

爱国 敬业 诚信 友善

中国福

中国喜

中宣部宣教局

人民日报 漫画周刊

中国网络电视台

图说 我们的价值观

子也孝 孙也孝

天津日报