



本期专家

首都医科大学附属北京康复医院  
帕金森医学中心主任  
主任医师 方伯言

记者：什么是帕金森病？

方伯言：帕金森病，也称为震颤麻痹，是中老年人常见的神经系统变性疾病，也是中老年人最常见的锥体外系疾病。65岁以上人群患病率为1000/10万，随着年龄增高，男性稍多于女性。该病的主要临床特点：静止性震颤、动作迟缓、肌强直、平衡和姿势不稳等为主要特征。

记者：帕金森病的临床表现有哪些？

方伯言：帕金森病是一种慢性的中枢神经系统退化性失调，它会损害患者的动作技能、语言能力以及其他功能。其临床表现主要包括静止性震颤、运动迟缓、肌强直和姿势步态障碍，同时患者可伴有抑郁、便秘和睡眠障碍等非运动症状。

记者：帕金森病的发病原因是什么？

方伯言：帕金森病的确切病因至今未明。遗传因素、环境因素、年龄老化等均会影响。年龄老化。帕金森的发病率和患病率均随年龄的增高而增加。多在60岁以上发病，这提示衰老与发病有关。遗传因素。遗传因素在帕金森发病机制中的作用越来越受到专家的重视。目前至少有6个致病基因与家族性帕金森病相关。但帕金森病中仅5%~10%有家族史，大部分还是散发病例。



# “我们在怕不怕” 坚持锻炼对帕金森病康复好处良多

□本报记者 陈曦

每年的4月11日是世界帕金森病日。帕金森已成为严重危及中老年人健康的“沉默杀手”，且患者趋于年轻化。“青少年型帕金森病”患者占据总人数的10%。专家表示：该病与年龄老化、遗传、环境毒素（工农业污染、室内装修污染、手机、电脑辐射）的接触等综合因素有关。20%患者因环境污染或受化学毒素侵蚀“中招”。今天我们邀请到了首都医科大学附属北京康复医院帕金森医学中心主任方伯言，听听专家怎么说。

遗传因素也只是帕金森发病的因素之一。

其他因素。除了年龄老化、遗传因素外，脑外伤、吸烟、饮咖啡等因素也可能增加或降低罹患帕金森的危险性。吸烟与帕金森的发生呈负相关，这在多项研究中均得到了一致的结论。咖啡也具有类似的保护作用。严重的脑外伤则可能增加患帕金森的风险。总之，帕金森病可能是多个基因和环境因素相互作用的结果。

记者：帕金森会导致哪些并发症？

方伯言：运动功能丧失。随着病情的发展，震颤、僵直、协调功能障碍，会慢慢地累及到运动功能，容易摔跤，甚至发生骨折等损伤。

常并发心理障碍与智能减损。特别是晚期患者，常并发心理障碍与智能减损。帕金森病表现的肢体震颤、僵直、动作笨拙和缺乏面部表情而呈现的面具

脸，兼之说话含糊不清，语调单一，音量降低，流口水等，让病人经常会有自卑感，疏于人际交往，导致心理障碍。

消化系统并发症的发生。吞咽困难是由于咽部肌肉的协调动作发生障碍，还会导致呛咳。胃、食管返流是由于食管扩约肌功能不良胃排空延迟，表现是餐后饱胀、恶心、呕吐。小肠运动功能不良，所以产生腹胀感。结肠功能不良，主要表现是便秘，其高发生率（50%~67%）与顽固性给病人带来巨大痛苦。

感染会对生命构成威胁。通常呼吸道感染、发热都会让帕金森病症状加重。病人因为免疫功能低下，经常发生感冒，也非常容易罹患支气管炎、肺炎、胃肠炎等，晚期卧床的病人，完全丧失了生活自理能力，不可以独立起坐，甚至不能自行翻身，兼之营养不良，皮肤受压，经常导致褥疮。坠积性肺炎、吸入性肺炎、心功能衰竭是晚期病人常见的并发症，最终会导致死亡。



记者：有一些说法，比如睡得越多越容易患这种病、焦虑的人患帕金森的风险更高等，是这样吗？

方伯言：帕金森病又称原发性帕金森病，它是一个原因不明的神经系统变性病，目前公认的发病机制是在遗传背景下的年龄高龄化和环境因素共同作用所导致的。危险因素主要包括：接触农业、杀虫剂和除草剂；绝经妇女，血清叶酸水平降低；脑外伤、动脉硬化性疾病；遗传因素等。帕金森病患者常伴发困倦、白日思睡、情绪抑郁焦虑等症状，但不能说是睡的越多及焦虑的人更容易患帕金森病。

记者：如何治疗帕金森病？  
方伯言：帕金森病治疗目前包括药物、手术和康复训练。

药物治疗。帕金森病应强调综合性治疗，包括药物、理疗、水疗、医疗体育和日常生活调整和外科手术等，不应强调单一治疗方法。应该依据病情个体化，选择抗帕金森病药物。用药剂量应该以产生满意疗效的最小剂量，必要时根据病情缓慢增加剂量。不宜多品种抗帕金森病药同用，也不宜突然停药。

手术治疗。脑深部电刺激治疗帕金森病，与传统的外科手术不同。它是一种持续改善患者运动功能，提高生活质量为主的综合治疗过程。目前适应症为：确诊为原发性帕金森病的患者；患者身体能耐手术，并同意做该治疗；曾服用左旋多巴疗效良好，而目前疗效下降者；病情加重，并影响正常工作和生活；没有精神或智力障碍，能配合治疗。

康复训练。不同时期的帕金森病患者，康复训练的目的地是不同的。帕金森病早期：患者症状轻，对药物反应效果好，康复训练的目的在于维持目前功能状态，维持日常生活和工作能力，防止废用综合征的出现。此期可进行有氧运动、太极等，维持目前功能状态，继续从事一定量的日常生活活动和工作。帕金森中期：此期出现平衡和姿势异常，跌倒风险提高。由于运动减少，导致功能废用增多。此期康复训练目的在于延缓和预防全面废用综合征，提高平衡功能，提高肌力及耐力，改善心肺功能。帕金森晚期：患者卧床状态，活动限于床。此期进行康复训练效果差。康复的主要目的在于预防褥疮、肺部感染、关节挛缩等卧床并发症。

**健康在线**  
协办  
首都医科大学附属北京康复医院

## 3种水果可能会伤胃

一年四季水果不断，但多吃对身体也不好，有没有发现有些水果吃后胃有些不舒服？建议一些“老胃病”应该少吃三种果儿。

### 猕猴桃通便但“烧心”

猕猴桃可以通便，富含维生素C，被称为“水果之王”，但猕猴桃属寒性，过食损伤脾胃的阳气，会产生腹痛、腹泻等症状。

另外，猕猴桃中所含的大量维生素C和果胶成分，会增加胃酸、加重胃的负担，产生腹痛、泛酸、烧心等症状，天气寒冷时症状还会加重。在目前这样寒冷的季节里，胃病（脾胃阳虚）患者应当少吃甚至不吃猕猴桃。

### 鲜枣好吃但枣皮扎胃

冬枣有天然“维生素丸”之称，但不宜吃太多，否则会伤肠胃。这是因为大枣的膳食纤维含量很高，一次大量摄入会刺激肠胃，造成胃肠不适。膳食纤维大部分存在于大枣的枣皮中，而大

枣的枣皮薄而坚硬，边缘很锋利，如果胃黏膜刚好有炎症或者溃疡，会加重疼痛和不适。

### 山楂开胃易致结石

很多人觉得山楂开胃，酸甜可口，因此一不小心就会吃很多。但脾胃不好的人少吃山楂，过量吃山楂有可能导致胃结石。

因为山楂中果胶和单宁酸含量高，接触胃酸后容易凝结成不溶于水的沉淀，与食物残渣等胶着在一起形成胃结石，可引起胃溃疡，甚至胃壁坏死和穿孔。但是把山楂煮熟了吃会减少单宁酸的影响。（新华）



## 2018年一季度丰台工商分局 实施商标品牌战略成果丰硕

2018年一季度丰台工商分局深入贯彻落实区政府《关于深入推进商标品牌战略的实施意见》精神，深入实施商标品牌战略，取得丰硕成果：1.于1月30日启动运行丰台商标受理窗口，开始受理商标注册申请和注册商标专用权质押登记申请，截至目前共接待商标注册咨询150余人次，审查商标注册申请材料40余份，成功受理商标注册申请14件；2.对区政府1号文件进行解读，向分局各单位传达了文件精神，并在分局外网及媒体上进行宣传，提高

了文件的影响力；3.组织全局执法力量于春节及两会期间开展了专项打假行动，出动执法人员216人次，执法车辆78辆次，检查各类市场主体180户，查扣各类侵权假冒商品4700余件，立案查处侵权假冒案件25件，办结9件，罚没款合计42.17万元；4.一季度，全区有效注册商标增长8782件，较去年同期增长99%。



**声明**  
北京市建筑工程装饰集团有限责任公司张新生、孙浩两位员工不慎将天津市建设工程施工项目部管理人员证书遗失，证书编号：项 2121307244（张新生）、项 2121602293（孙浩）。特此声明作废

**公告**  
梁向阳，身份证号:62010219680×××342.你于2017年9月3日申请辞职，但至今未办理提档手续，限于你于见报5日内回校办理手续，如未及时处理，学院将把档案转移到北京四达人才服务中心。北京信息职业技术学院 2018年4月2日

**公告**  
靳启凡：你于2018年1月16日未履行请假手续私自离队，行为已严重违反单位及《劳动合同书》的相关规定，无故连续旷工三天以上的，视为主动离职。现通知你于见报之日起10日内到单位办理解除劳动合同手续。开远保安分公司 2018年4月9日