



帕金森氏症 Parkinson's Disease

一、什麼是帕金森氏症：

巴金森氏症主要是腦中神經系統退化，引起多巴胺釋放功能減少的一種運動疾病，通常好發年紀在 60 歲以上，病程緩慢進行。

二、致病原因：

主要病因仍不明，推估大致為腦內的黑質細胞退化，促使腦中多巴胺系統功能失調，影響具有動作功能的錐體外系統而產生動作失調。

三、症狀：

主要徵象有手足顫抖、僵硬、動作緩慢、站立不穩等症狀，有時還會有臉部表情木然、多口水、上身向前傾、走路時上肢協同擺動減少消失、小碎步等。

四、治療：

(一)藥物治療:左多巴(Levodopa)、多巴胺接受體促進劑(Dopamine Receptor Agonists)、抗病毒製劑、抗膽鹼素等。

(二)手術治療:視丘下核深腦刺激術(Deep Brain Stimulation; DBS)。

五、飲食指導：

(一)均衡飲食：建議帕金森氏症患者理想體重每公斤 25-30 大卡，每天都要吃五穀根莖類、肉魚豆蛋類、蔬菜、水果和奶製品。

(二)高纖低油：建議每日喝水 2,000 C.C.和高纖飲食如增加蔬菜、至少 3 份蔬菜 2 份水果。

(三)增加點心：患者常無法靠正餐攝取足夠營養，必須搭配 2 到 3 次點心，可選擇營養濃度高、變化性多的食物，增加患者的進食意願。

六、健康指導：

(一)促進活動：漸進式的運動計畫可以增加病人之肌肉強度，促進協調，緩解僵硬，同時亦可預防攣縮。運動練習需有充分的休息，避免太過勞累。

(二)加強自我照顧能力、預防跌倒：可於床緣加裝床欄，注意姿位性低血壓，家中擺設需簡單。

【續後頁】

- (三)促進排便：鼓勵增加水分攝取 2000cc/天及纖維性食物之攝入，並於同一時間如廁，必要時可利用緩瀉劑、軟便劑、甘油球等協助排便。
- (四)促進溝通：大部分病人說話會出現低頻率、音調無變化、小聲之說話特性，鼓勵說話前深呼吸，單字發音，說話的字句簡短。
- (五)建立正向因應能力：鼓勵主動參予治療計畫，並計畫一日之活動與需要之滿足，並維持個人之獨立性。

參考資料

- 王重仁(2013)．帕金森氏症族群罹患癡呆風險高．*健康世界*，327，13。
- 曾涵郁(2015)．淺談帕金森氏症患者和營養的相關性．*高雄榮總醫訊*，18(2)，13。
- 馮容莊(2013)．神經系統疾病之護理．*成人內外科護理*(六版，171-177 頁)．台北：華杏。

No.A0506

臺北市立聯合醫院 105 年 01 月 01 日修訂