**[**老年健康宣教材料系列之二**]**

**帕金森病**



**中国疾病预防控制中心慢病中心制作**

**老年性痴呆**

**帕金森病又称震颤麻痹**

**病因**：

虽然得病的原因还不清楚，但高龄老年人，有帕金森病家族史的、有头外伤史的、或长期接触农药以及汞、铅、锰这些金属的人会增加得病的危险。

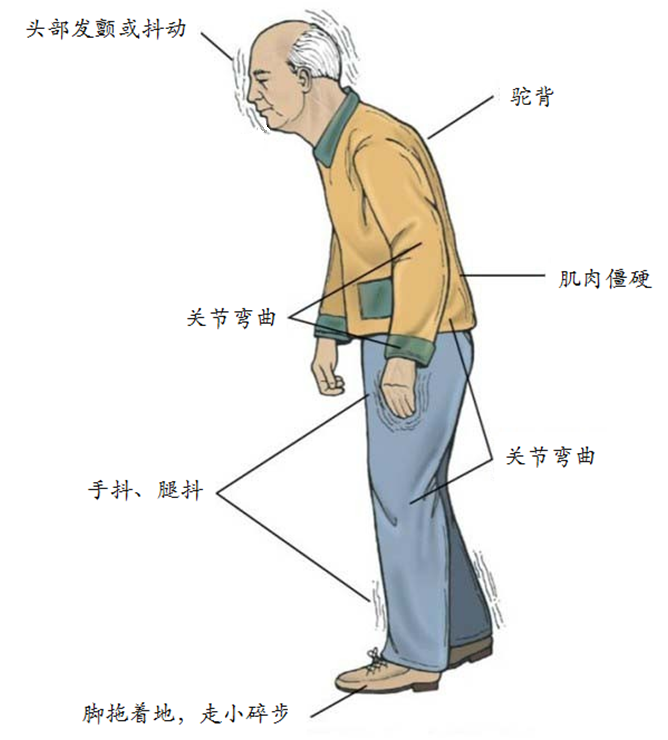
**症状**：

这种病的运动的障碍主要是手抖、肌肉关节僵硬、起身或起步困难、脚拖着地走小碎步，身体平衡差；其它症状还有写字越来越小、面部表情呆板、流口水、尿频尿失禁等。

****

**1**

**帕金森病的运动症状**

****

帕金森病的震颤见于肢体静止时，与姿位无关，活动时消失，或患者完全松弛或睡眠时，震颤消失。当患者注意于抖动的肢体，或紧张、焦虑时，震颤加重。手出现震颤的特点是往往是从单侧开始，向对侧发展。

**2**

**帕金森病的非运动症状**



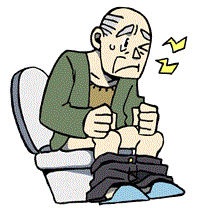
面具脸

情绪抑郁，表情呆滞，

好像戴着一张面具

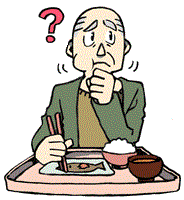


长期睡眠不好，睡觉时经常大喊大叫，轮胳膊、蹬腿



长期便秘，超过2天一次，

大便量少、质硬、排出困难



没有明确原因的嗅觉下降，

闻不出味道或分辨不出味道

**3**

**帕金森病患者治疗和护理**



帕金森病不能治愈，但有药物可以控制症状；

药物控制症状不理想，可考虑“脑深部电刺激术”手术治疗。



**亲情**护理是第一位的；

食物要偏软质，避免呛咳；

勤翻身、擦洗预防褥疮和肺炎。



浴室、厕所地面防滑、防跌倒；

病人不要穿胶底的鞋子。

**4**

**如何预防帕金森病**



跳舞、下棋、打太极拳等，不仅可以延缓衰老，也可以改善轻中度帕金森病患者的姿势稳定性和步行能力。

避免长期接触农药、杀虫剂，或锰、汞这类重金属；



必须接触，要做好防护。



常喝绿茶可以预防帕金森病。

**5**