**巴金森氏症衛教** 

**一、何謂帕金森氏症**

帕金森氏症是一種慢性腦部退化疾病，好發50-60歲左右。由於腦內黑質細胞退化死亡，使「多巴胺」的神經傳導物質製造減少，引起運動功能異常。帕金森氏症主要是影響身體活動力，大部份患者思考及智力均是正常，但有部分患者會在疾病後期出現老年失智的症狀。

**二、主要病徵**

肌肉僵直、肢體顫抖、面無表情、肢體動作之機能喪失、起始動作執行困難、對於一些複雜的肢體動作緩慢等。

**三、病狀進展過程**

1. 早期：手腳抖動、動作遲緩、肢體動作不配合。
2. 中期：構音不清、肢體產生僵硬、日常活動尚可自我協助完成。
3. 晚期：行動靠輪椅、生活需人協助。
4. 患病1~2年後-出現撲克牌臉、易嗆到、起步困難。
5. 自主神經失調，可能會出現排汗增加、姿位性低血壓、頻尿、性無能及精神憂鬱。

**四、照護重點**

1. 提供充分的時間，讓患者順利完成活動。
2. 飲食注意事：
3. 確定是否攝取足夠營養，定期量體重。
4. 使用不易打破的餐具、重餐具(可降低手顫抖) 。
5. 方便進食：可使用大湯匙。
6. 評估吞嚥情況，如有吞嚥困難時，將食物切割小塊再食用，採少量多餐方式。
7. 預防便秘：可多食用蔬菜水果。

