帕金森氏症的小困擾

**帕金森氏症會遺傳嗎?**

* **大部分自發性的帕金森氏症不會遺傳。**
* **目前已知的遺傳性帕金森氏症約占全部帕金森氏症的10%。**
* **若是發病年齡小於40歲，則具家族遺傳性的機率可能較高。**
* **若是家族成員中有二人或二人以上確診帕金森症時，且此家族成員需有血緣關係(姻親如公婆、姑丈、舅媽、姊夫、大嫂等不算)，則可能為遺傳性帕金森氏症。**
* **家族長輩有失智及手抖，並不等於帕金森氏症；若是有家族遺傳的擔憂，建議有症狀的家人一同前往看診。**

**帕金森氏症不是阿茲海默症(失智症)**

* **帕金森氏症患者的智力通常是正常的，只是反應比較慢，請給予患者足夠的時間思考與說話，並且避免打斷。(患者可能會感覺挫折而變得不愛說話)**
* **帕金森氏症是全腦性的疾病，因此時間久了還是會有認知功能退化的問題，可能會有注意力不集中、空間感減退、詞彙減少、理解能力下降等症狀**
* **帕金森氏症患者可能會有憂鬱、焦慮等情緒問題，此為帕金森氏症非動作症狀的一部分，跟動作症狀不一定有關。請盡量給予患者安全感及心理支持，必要時請家人陪同回診，並與醫師討論是否需要藥物介入。**
* **若是出現幻覺或是妄想症，也請於回診時與醫師討論是否需要調整藥物。**

**帕金森氏症患者晚上非常不好睡覺**

* **包含困難入睡、半夜容易醒來、容易作惡夢(大喊大叫、拳打腳踢)**
* **困難入睡可能的原因: 肢體不寧症(自覺雙腳有些不舒服之感覺，必須要動一動才感到輕鬆些)、焦慮**
* **半夜容易醒來可能的原因: 頻尿、僵硬無法翻身、抽筋、疼痛**
* **以上大部分的原因為帕金森氏症的一部分，由患者及家人一同觀察症狀發生的時間及可能的相關原因，經醫師調整藥物後，這些症狀多半可以改善。**
* **請不要因為晚上睡不好而放任患者白天補眠，白天盡量多活動(無法活動者也可以至窗邊、陽台接受光照)，到傍晚則減少劇烈活動及精神刺激(例如政論節目)**
* **白天午休以30分鐘至一個小時為宜。**