

我应怎样克服混乱和幻觉?

有些用于治疗帕金森病的药物可能会导致幻觉,因此,你应该与你的医生讨论作出调节,以尽量减少这些症状。

当你在陌生的环境中,视觉幻觉比较常见。如果你最近遇到幻觉问题,你应该留在熟悉的环境。有时候,可能只是一个影子,你错误地认为是别的东西。夜间应打开灯,以减少这些影子的存在。摄取充足的液体和营养,改善夜间睡眠的时间和反复的认识环境始终是有帮助的。

如果你是照顾病患者,你必须要知道,对于病人而言幻觉似乎是非常真实的。如果病人不听你解释的理由,那么只要幻觉不是令人心烦的,最好就不要与其争论。所以如果病人没有因之而感到不安,就不要争辩或强化刺激他。但是如果病人情绪失常,并变得暴力,你应该寻求援助,并尽力避免严重的伤害。如果需要,你应该拨打911。

如上信息,不应代替你的医疗保健和医生建议。
帕金森教育项目
可复制制作教育用途。
不可更改的本文件内容和作者的信息。

This information should not be used as a substitute for the medical care and advice of your physician
Copyright © 2008
Parkinson's education program
Copying for the educational purposes is encouraged.
It is not permitted to make changes to the written content of this document and author's information.



Abdul Qayyum Rana
医学博士,加拿大皇家内科医师学会会员,神经病专科医生
东多伦多帕金森诊所

2863 Ellesmere Rd, Suite 404
Scarborough, Ontario, Canada
Phone: 416-724-9850
Fax: 416-724-1985

www.parkinsonseducation.org

有关帕金森症和情绪的 常见问题

东多伦多帕金森疾病门诊
神经科专家A, Q, Rana, 博士 (FRCPC会员)

Dr. Abdul Qayyum Rana. MD. FRCPC
World Parkinson's Education Program

十一
中文

11
Emotions
Chinese Classic

和帕金森有关的情绪问题？

帕金森是一个进展性疾病，其中某些症状可能影响你的情绪。你可能会经历抑郁，混乱和幻觉等症状，记忆力和认知力也会出现问题。

抑郁症在帕金森氏患者中常见吗？

抑郁症在慢性疾病，如帕金森氏患者中较常见。近三分之一至一半的帕金森病患者在其患病期间的某个阶段可能出现抑郁症。

抑郁症有哪些症状？

抑郁症的具体症状可能会被忽视而未得到治疗。如果你认为自己可能患有抑郁症，你应通知你的医疗保健组。抑郁症的某些症状可能包括感觉伤心，缺乏兴趣，感觉毫无价值或内疚，疲倦或无力；当中亦能使食欲，体重，睡眠或情绪发生变化。

什么是抑郁症发生的原因？

有许多因素可能与抑郁症发生有关，如抑郁症家族史，年龄老化，生活中遇到困难和压力。帕金森氏通常发生在老年人身上，在这一年龄段可能因为经历退休，朋友和家人去世等事件，是更容易感染抑郁症。某些化学元素的流失，如大脑中的羟色胺(serotonin)，降肾上腺素(norepinephrine)可能对导致抑郁症起一定的影响。

我应如何克服抑郁症？

如果你正在经历一个困难的时刻，要试图使自己从这一处境中摆脱出来。你应该做一些你喜欢的和让你自我感觉良好的事情。如果是持续地感到有压力，你应首先让别人知道。最重要的是，你应该找出一个办法来减少这一情况对你的生活所造成的影响。

经常运动是一个非常有效克服抑郁症的方法，而且也将有助处理帕金森氏症症状。你应饮用避免含有酒精的饮品，和服用非处方药。医药治疗抑郁症往往是长期的。有许多药物可用于治疗抑郁症，你应该和你的医生讨论这件事。

我如何应付记忆和认知问题？

帕金森病患者都有记忆和认知功能障碍的问题，这可能会非常令人困扰。你可以反复练习并提前做出计划，以期减少它对你的影响。如果你需要记住什么事情，你应该尝试集中于牢记它，要尝试在你的头脑中形成具体的影像，并把它同对你重要的事情联系起来。当你要想起什么事情时，不要过于紧张，放松时会更容易回忆起来。

你应该保持积极的态度。如果你不断提醒自己的记忆力不好，你更有可能忘记事情。使用记事本可以会很有帮助，你可以用它来记下任何你可能会忘记的东西。也可使用日历记下即将进行的活动和约会，方便你按日程执行。另一个方法就是在日常生活中形成规律性。努力养成把东西放在固定地方的习惯，以便你以后能顺利地找到。你也应该同你的医生讨论这个问题，经进一步的检查后，如果有必要，你的医生可能会对你进行药物治疗。