



# 高雄市立小港醫院(委託財團法人高雄醫學大學經營) 巴金森氏症居家照護

## 一、何謂巴金森氏症

巴金森氏症 (Parkinson's disease; PD) 是一種神經退化的疾病，好發於中老年男性，臨床症狀以手部不自主抖動如搓藥丸動作、行動緩慢、肢體僵硬及步態不穩等運動障礙為主，病人會隨著病情發展，日常功能逐漸退化。

## 二、照護原則

### (一)飲食方面

1. 進食時，食物採半固體狀，選擇質地較軟或易咀嚼的食物，應細嚼慢嚥，少量多餐。
2. 可將食物切小塊或磨碎，以方便進食。
3. 為避免噎咳，進食液體食物(如:水、果汁或湯)可使用食物增稠劑。
4. 進食前可先按摩臉部肌肉，以利進食活動之進行，咀嚼時應採左右交替式咀嚼。
5. 進食時身體應坐正、下巴內縮，食物應放置於病人舌上，脣齒閉合後，把舌頭抬起後送進行吞嚥。
6. 提供充分時間及隱密環境給予進食。
7. 可選擇較重或特殊材質的進食餐具，如:不會溢出的杯子、特殊把手之湯匙，協助病人順利進食。
8. 若為鼻胃管灌食者，每餐灌食前應抬高床頭至少30度並確認管路位置正確，以預防吸入性肺炎。
9. 注意口腔清潔衛生，可使用牙線或電動牙刷輔助。
10. 減少食用維生素B6的食物(如:動物內臟、菠菜)，避免與藥物(左多巴胺levodopa)產生交互作用，降低藥物療效。
11. 維持適當的營養，但如果進食高蛋白食物，如:肉類、海產、豆類、乳製品、堅果類食物時，請與左多巴胺藥物服藥時間至少間隔一小時，以免影響藥物吸收。

### (二)衣著方面

1. 以容易穿脫為原則，少用鈕釦，給予充裕的時間穿脫衣

服。

2. 穿衣時宜坐於有可靠背的椅子上，避免跌倒。
3. 應穿著合身的衣物，注意褲子長度，以免踩到褲腳而跌倒。
4. 選擇防滑及穿脫方便的鞋子如：拉鍊、自黏膠帶。

### (三)居住方面

1. 照明設備應充足。
2. 建議規劃居家活動路線，浴廁加裝扶手與鋪放止滑墊，可以避免患者失去平衡跌倒。另外加裝床沿扶手、重新規劃物品放置處、保持走道的暢通、減少空間中的雜物堆積。
3. 家中擺設盡量簡單，除去有角的桌子或尖銳的傢俱，避免碰撞受傷。
4. 房門加寬以利後續輪椅出入方便。
5. 廁所座椅可增高，以方便坐下或起身。

### (四)活動方面

1. 採漸進式活動，避免姿勢性低血壓之發生。
2. 鼓勵每日早晚進行全身關節範圍運動(由身體某一關節開始，施行旋轉、屈曲、伸張)，每個動作執行10-20次，以免肌肉關節僵硬及攣縮。
3. 執行關節活動時，可先熱敷以放鬆肌肉及緩解因僵直而造成之肌肉酸痛，但須注意溫度避免燙傷。
4. 步行時應緩慢、身體勿往前傾，宜加大雙臂的擺動，步伐加大，必要時可使用輔具如：單腳拐。
5. 行走時應保持腳跟先着地，勿拖曳行走。
6. 在行走轉彎時建議以繞圈方式轉彎。

### (五)排泄方面:

1. 預防便秘，平時多吃蔬菜及水果，增加纖維素的攝取，養成每日排便的習慣，必要時請醫師開立軟便劑服用。
2. 觀察排尿次數，定時排尿，避免泌尿道感染發生。

#### (六) 社交方面

1. 養成看電視、聽廣播、聽音樂會及看書報等嗜好。
2. 鼓勵參與親朋好友之聚會或郊遊，交談時，應給予充分時間回應。

#### 三、藥物使用原則

- (一) 按時服藥，避免自行停藥造成症狀惡化。
- (二) 長期服用藥物，其副作用易引起瞻妄、視幻覺及肢體僵硬等現象，故需定期返診調整用藥。
- (三) 注意服藥後之反應，應將其紀錄於門診與醫師討論。

若有任何問題請電洽：

總機：(07)8036783轉3622或3623(6B病房)

小港醫院神經內科關心您