



国际帕金森和运动障碍协会 特发性震颤：患者需要了解的重要知识

特发性震颤是什么？

特发性震颤是最常见的运动障碍病，也常被称作良性特发性震颤、家族性震颤或遗传性震颤。特发性震颤患者表现为手部、头部、声音或身体其他部位的不可控制的颤动。特发性震颤通常在成年时期起病并随着年龄增加而进展。震颤常在伸手或做精细动作如拿杯子、用勺子或写字时最明显。当手或上臂完全放松如轻放在腿上时，震颤可停止。当情绪紧张或焦虑时，震颤可暂时加重。

特发性震颤的病因是什么？

特发性震颤的病因不明确，但在超过半数的患者中其亲属也有震颤症状。目前研究还未发现特发性震颤的致病基因。和无家族史的患者相比，有家族史的特发性震颤患者发病年龄更早。有科学家认为特发性震颤起源于大脑，但患者的头部扫描结果并无异常。没有检查可明确特发性震颤的诊断。但是，需通过血液检查来发现有无引起或加重震颤的原因，比如甲状腺疾病。一些药物也可加重震颤。

特发性震颤有治疗方法吗？

目前的治疗可以减轻震颤，但无彻底治愈特发性震颤的方法。使用重的杯子、餐具和在手腕上使用一定重量的手环可缓解一部分患者的症状。一些患者也可通过用药缓解症状。由于个体差异，特发性震颤的用药通常需要反复调整。常用的药物包括：

- β 受体阻滞剂如普萘洛尔；
- 抗癫痫药物如扑癫酮、加巴喷丁、托吡酯和氯硝西泮等。

医生也会建议患者减少使用咖啡因、兴奋类药物和其他可能引起震颤的药物。注射肉毒毒素治疗对一些类型的特发性震颤患者有效。通过向震颤的肌肉注射肉毒毒素，可暂时性降低肌力，减轻震颤。肉毒毒素注射每年需注射2-4次，其对头部和声音震颤的患者尤其有效。

尽管药物治疗可缓解一些患者的震颤，是首选治疗，但对于一些严重震颤的患者可考虑手术治疗。神经科医生会根据患者的具体病情建议患者选择最合适的治疗方案。目前针对特发性震颤的外科治疗有多种手术方式：

- 丘脑毁损术：一种毁损大脑的一部分-丘脑的手术
- 脑深部电刺激手术：在丘脑内植入电极片，电极片通过导线与胸前皮下安装的一个起搏器样的装置（脉冲发生器）相连。脉冲发生器通过发送电信号刺激丘脑，减轻震颤症状
- 其他手术方式

特发性震颤属于帕金森病的一种类型吗？

不属于。特发性震颤的发病率比帕金森病高10倍。和特发性震颤患者是活动时震颤更明显不同，帕金森病患者的震颤通常是在肢体放松的时候明显（静止性震颤）。帕金森病患者还会出现一些在特发性震颤患者中不会发生的症状，如：活动减慢、行走困难和其他体征等。

特发性患者的预后

特发性震颤不会缩短患者的预期寿命。经过一段时间震颤可能会加重，但是这种加重很慢，常需要许多年。在疾病的后期一部分患者会出现一定程度的残疾，如写字、进食和饮水困难等，甚至出现社交恐惧。轻度的震颤不需要治疗，早期启动治疗也不能阻止或减慢疾病的自然病程。当震颤影响到患者的日常生活时才需考虑开始药物治疗。