



帕金森病人康复治疗

陈曦

中山大学附属第一医院康复科



内 容

1

认识帕金森病

2

帕金森病的康复评定

3

康复治疗的方法

4

小 结



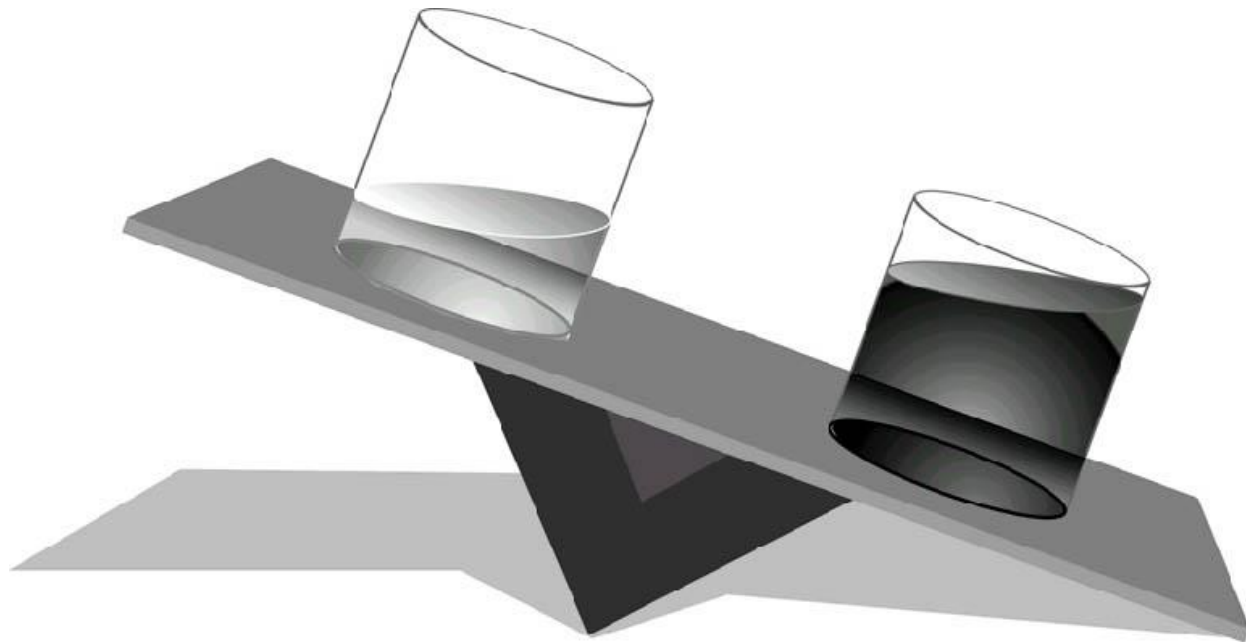
一、认识帕金森病

- 一种慢性、进行性中枢神经系统变性疾病
- 55岁以上人群发病率1%。
- 主要病因：年龄
环境因素
遗传因素



一、认识帕金森病

神经递质不平衡



Less DA

Relatively more Ach



一、认识帕金森病

- **主要临床特征：静止性震颤
肌强直
运动缓慢
姿势异常**
- **其他临床表现：高级神经功能障碍
植物神经功能障碍**



一、认识帕金森病

临床常用的治疗方法

1. 药物治疗

2. 外科手术治疗

3. 康复治疗





二.帕金森病康复评定

修订的Hoehn-Yahr分期

0期=无症状

1期=单侧疾病

1.5期=单侧+躯干受累

2期=双侧疾病，无平衡障碍

2.5期=轻度双侧疾病，后拉试验可恢复

3期=轻~中度双侧疾病，某种姿势不稳，独立生活

4期=严重致残，仍可独立行走或站立

5期=无帮助时只能坐轮椅或卧床



二.帕金森病康复评定

UPDRS

起立行走时间

6分钟步行试验

Berg 平衡量表



二、康复治疗的目的和适宜人群

康复治疗不能改变疾病本身的进程结局和疾病直接损伤

目的：延缓疾病发展，延长独立生活能力；保持积极的生活方式、良好的肌肉灵活性和体力，提高生活自理能力



三、康复治疗的方法

- **物理治疗**：物理因子 **运动疗法**
- **作业治疗**：手功能训练 **日常生活指导**
- **语言治疗**：语言，**吞咽功能训练**
- **心理治疗**
- **音乐疗法**



三、康复治疗的方法

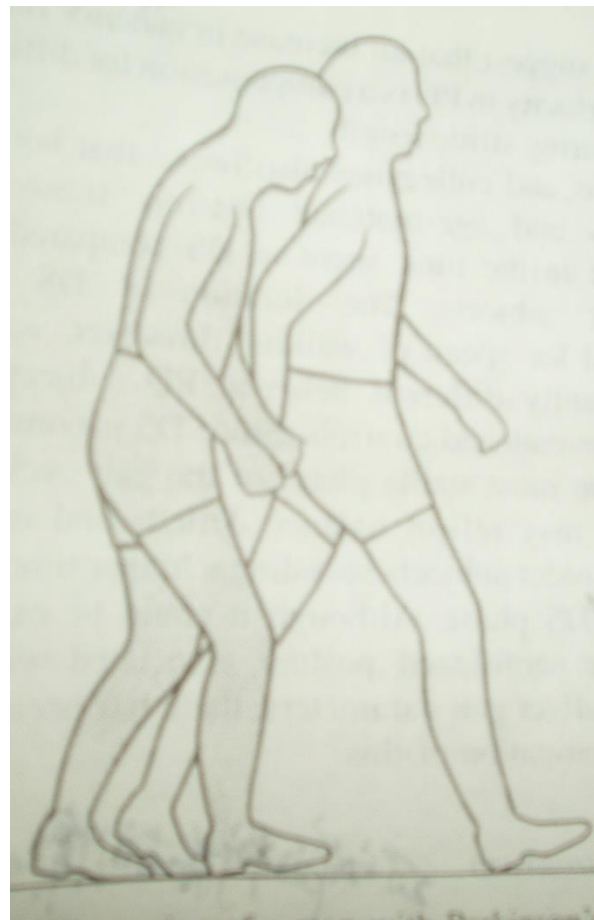
运动疗法：

- ✓ 姿势纠正
- ✓ 松弛训练
- ✓ 关节活动度练习
- ✓ 移动训练
- ✓ 步态训练
- ✓ 平衡训练
- ✓ 医疗体操



三、康复治疗的方法

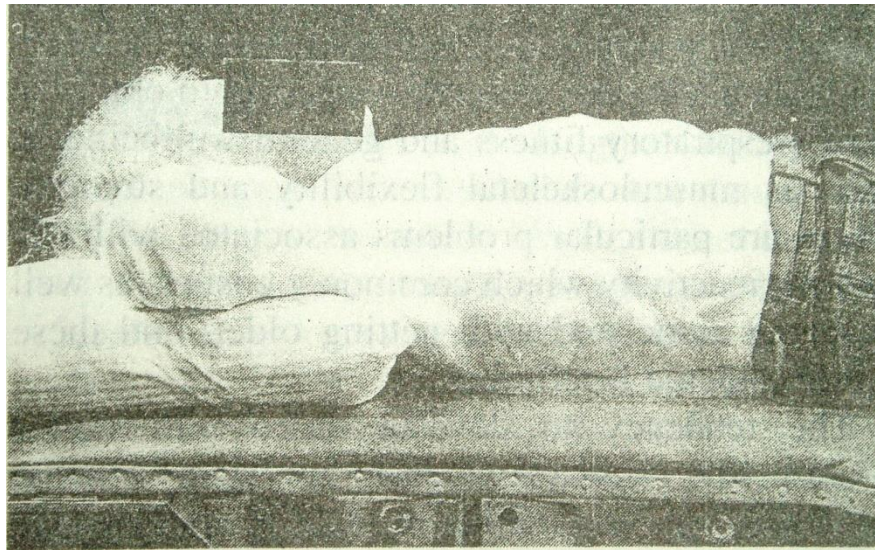
运动疗法：姿势纠正





三、康复治疗的方法

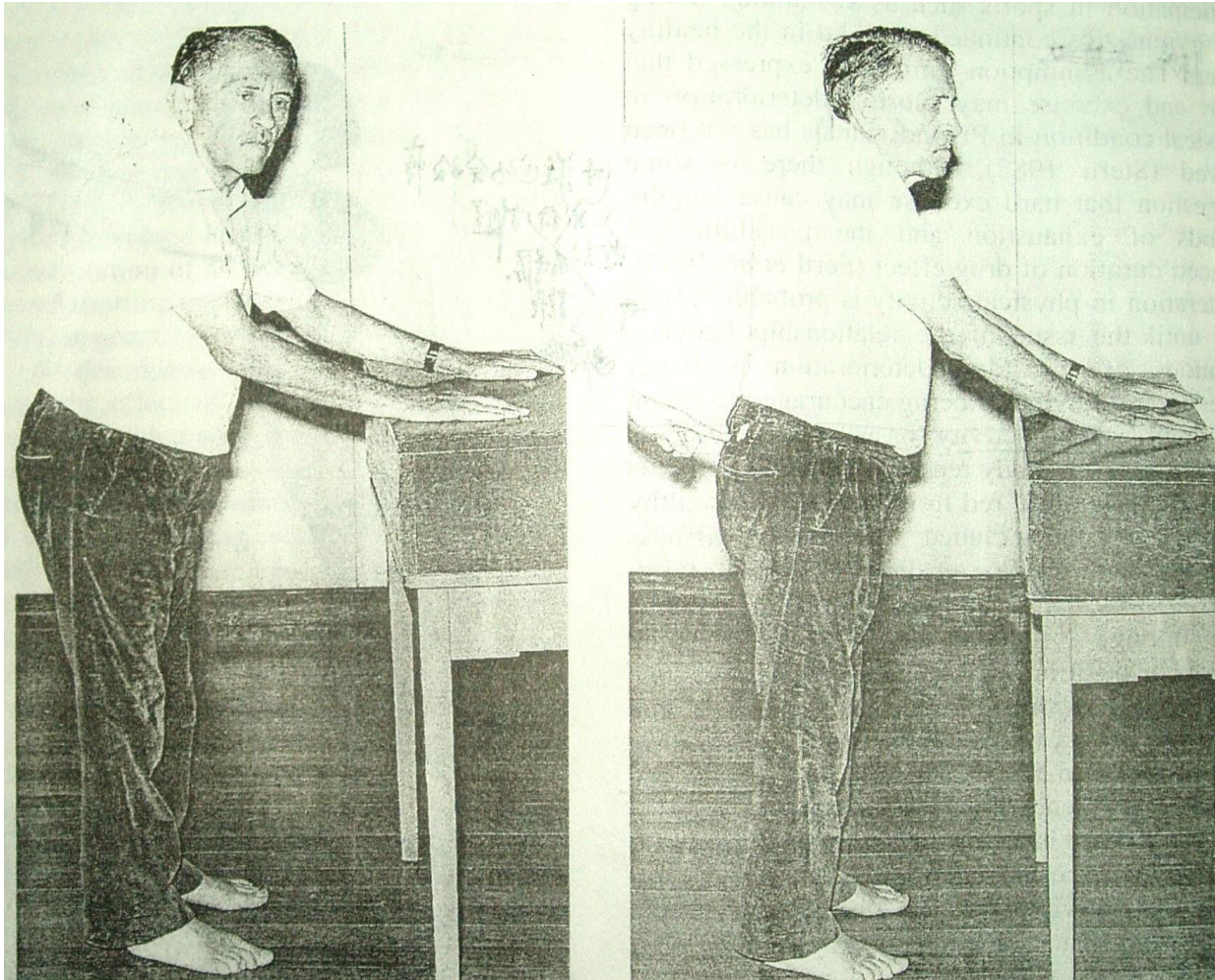
运动疗法：姿势纠正





三、康复治疗的方法

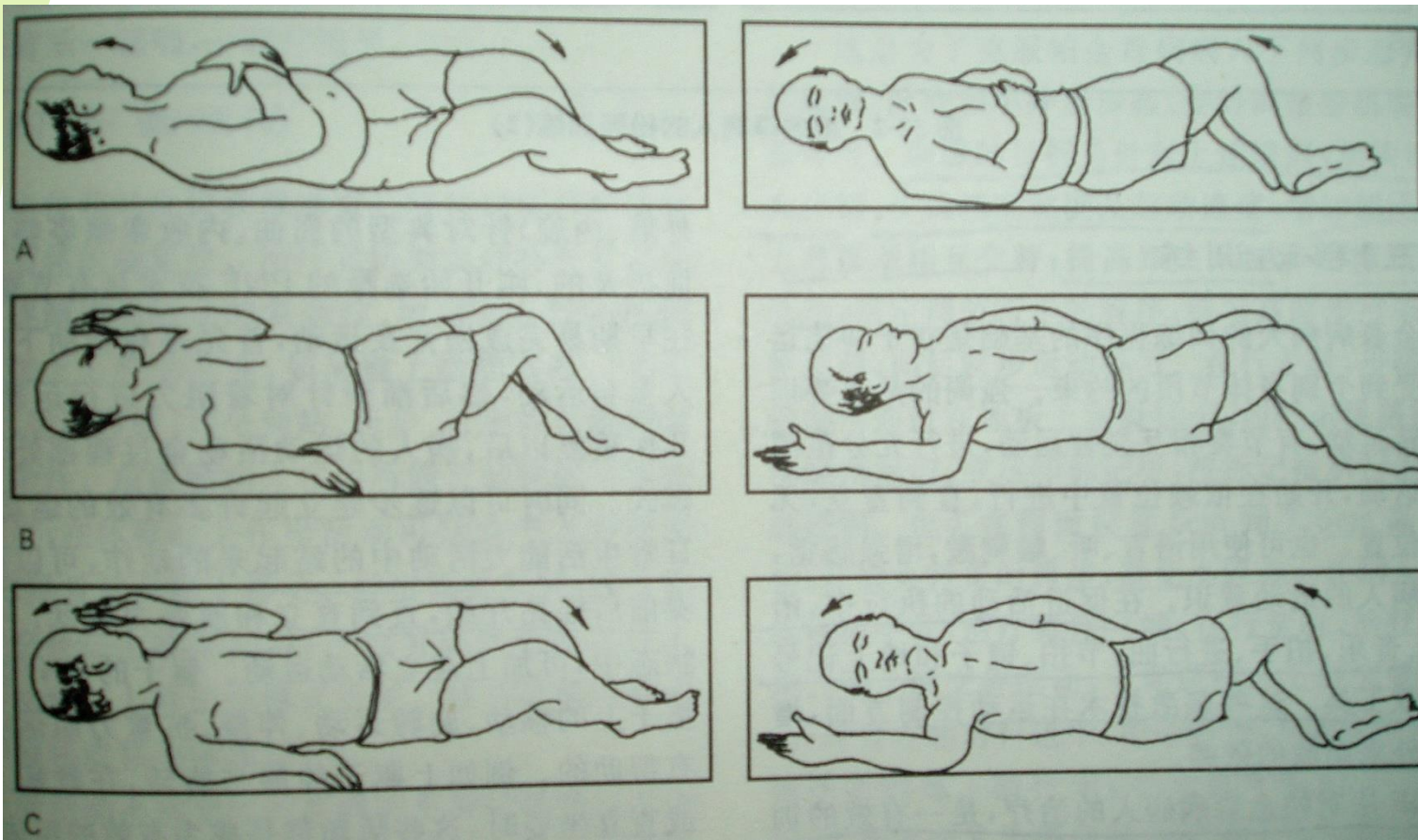
运动疗法：姿势纠正





三、康复治疗的方法

运动疗法：松弛训练



三、康复治疗的方法



运动疗法：关节活动范围训练

加强肌力，肌肉伸展范围
牵引缩短的，绷紧的屈肌

避免过渡牵拉和疼痛





帕金森病患者的康复治疗



坐立



弯腰，
重心前移



向前上方用力，
伸膝，起立



站立



帕金森病人步态特点：

碎步

前冲

无摆臂



慌张步态



步态训练

碎步



视觉提示：横线、脚印等

前冲

无摆臂



四、步态训练

视觉提示





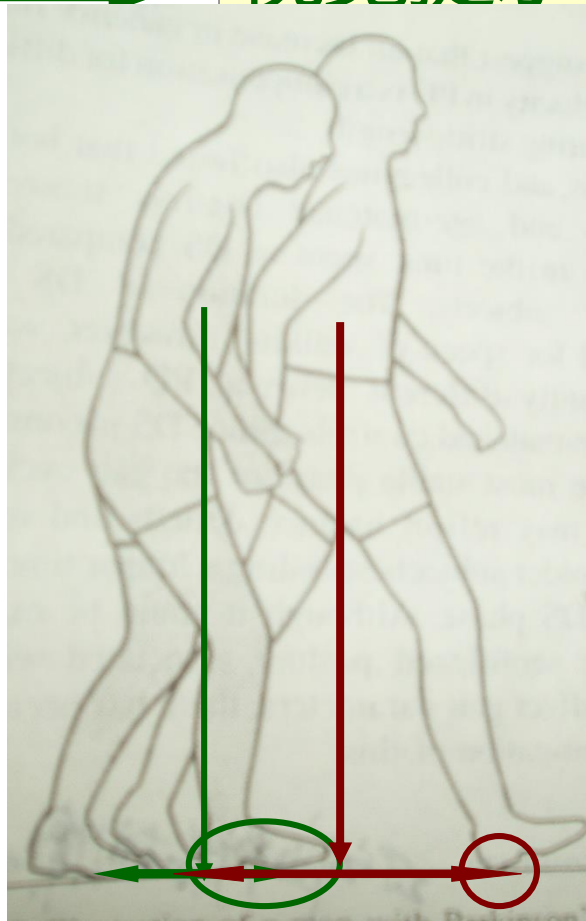
帕金森病人步态训练

碎步

前冲

无摆臂

视觉提示：横线、脚印等





帕金森病人步态训练

碎步



视觉提示：横线、脚印等

前冲



听觉提示(1-2-1,左-右-左)

无摆臂

足跟



前倾



步态训练

碎步



视觉提示：横线、脚印等

前冲



**听觉提示；
足跟着地，避免重心前倾**

无摆臂



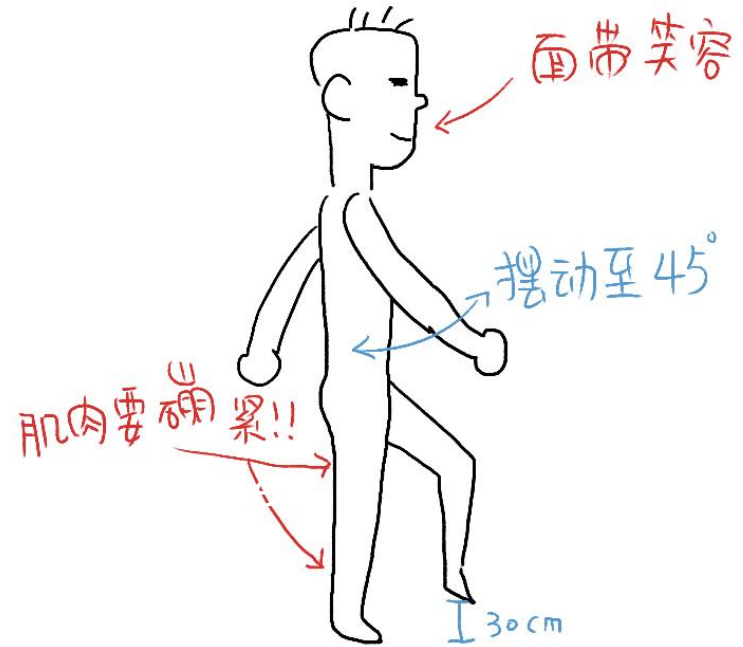
**视觉提示：镜子等
踏步练习
指导下摆臂**



摆臂训练



visual cue



attention concentration



Medigait步态训练 仪





帕金森病人平衡障碍

强直

姿势不稳

动作缓慢



单足站立困难

平衡反应差

易跌倒



帕金森病人平衡训练

——静态、动态平衡训练

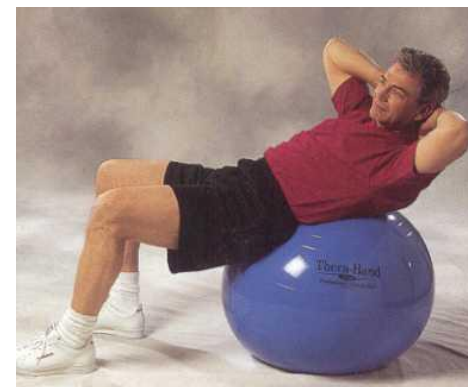
- 闭眼
- 运动破坏平衡（摇头，手臂摆动）
- 缩小支撑面（减少双足距，单足）
- 改变支撑面硬度
- 目标提示下重心转移
- 中轴线转身练习





五、康复治疗的方法

运动疗法：平衡训练





帕金森病人平衡训练

——他动平衡训练

- 踝平衡反射
- 髌平衡反射
- 跨步反射



三、康复治疗的方法

运动疗法：平衡训练





三、康复治疗的方法

运动疗法：平衡训练

Figure 1: static balance stances



Semi-tandem

Figure 2: center of gravity shifts



Stepping in different directions

Reaching

Object on floor



三、康复治疗的方法



一边喊：“1、2、3”
一边踏步



合着声音，跨过一定
间隔的标记行走



习惯在狭窄的地方
缓慢行走



两脚分开至肩宽，不交
叉两脚来变换方向



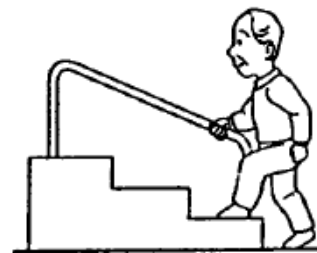
两脚交替地放在台阶上



通过一侧的上肢和另一侧
的下肢保持身体的平衡



被向后和侧方推
拉时保持平衡



利用扶手进行上下
台阶的训练



三、康复治疗的方法

运动疗法：医疗体操

- 面肌体操
- 头颈部体操
- 肩部体操
- 躯干体操
- 四肢体操
- 步伐体操
- 床上体操
- 呼吸体操

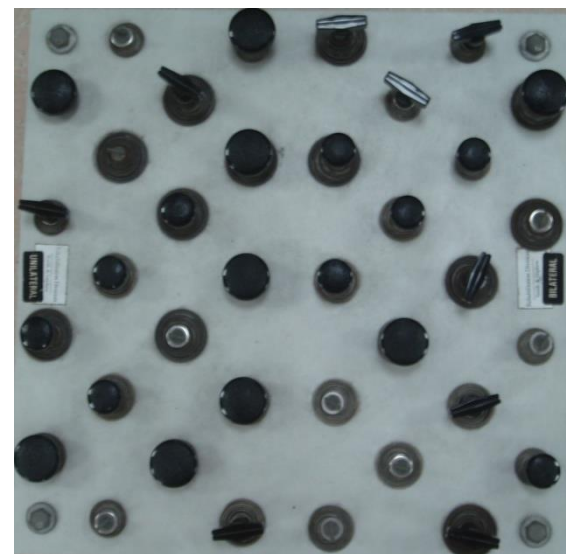
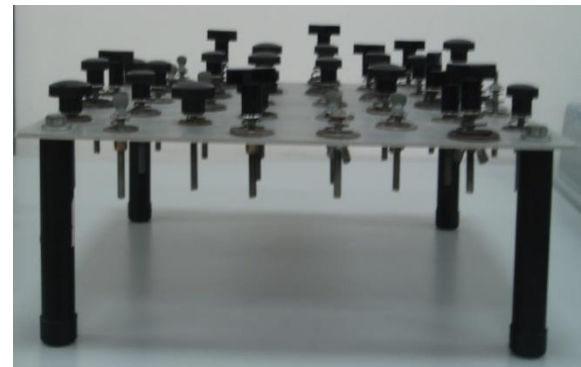
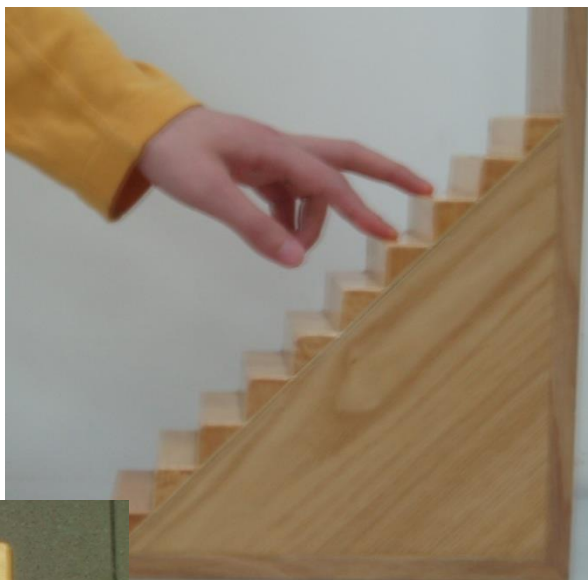


三、康复治疗的方法



作业治疗

手功能训练



三、康复治疗的方法



作业治疗

日常生活指导



康复辅助器具的使用：

粗柄勺子 带弹簧的筷子
双手柄杯子 防滑垫 轮椅

家居改造：

宽松的环境

地面画线

适当的扶手





三、康复治疗的方法

语言治疗

歌唱法

发音训练

吞咽训练

基础训练：强化肌力，改善关节活动，降低痉挛

改善咽反射的训练：冷刺激软腭和咽后壁

声门上吞咽：吸气 憋住 咽唾液 呼气 咳嗽



三、康复治疗的方法

心理治疗：对疾病的正确认识

个人主动参与

家庭、社会的支持



三、康复治疗的方法

音乐治疗：舒缓

进行曲

节拍强烈

歌唱训练锻炼发音



小结

1

药物治疗

神经内科

2

康复治疗

康复科

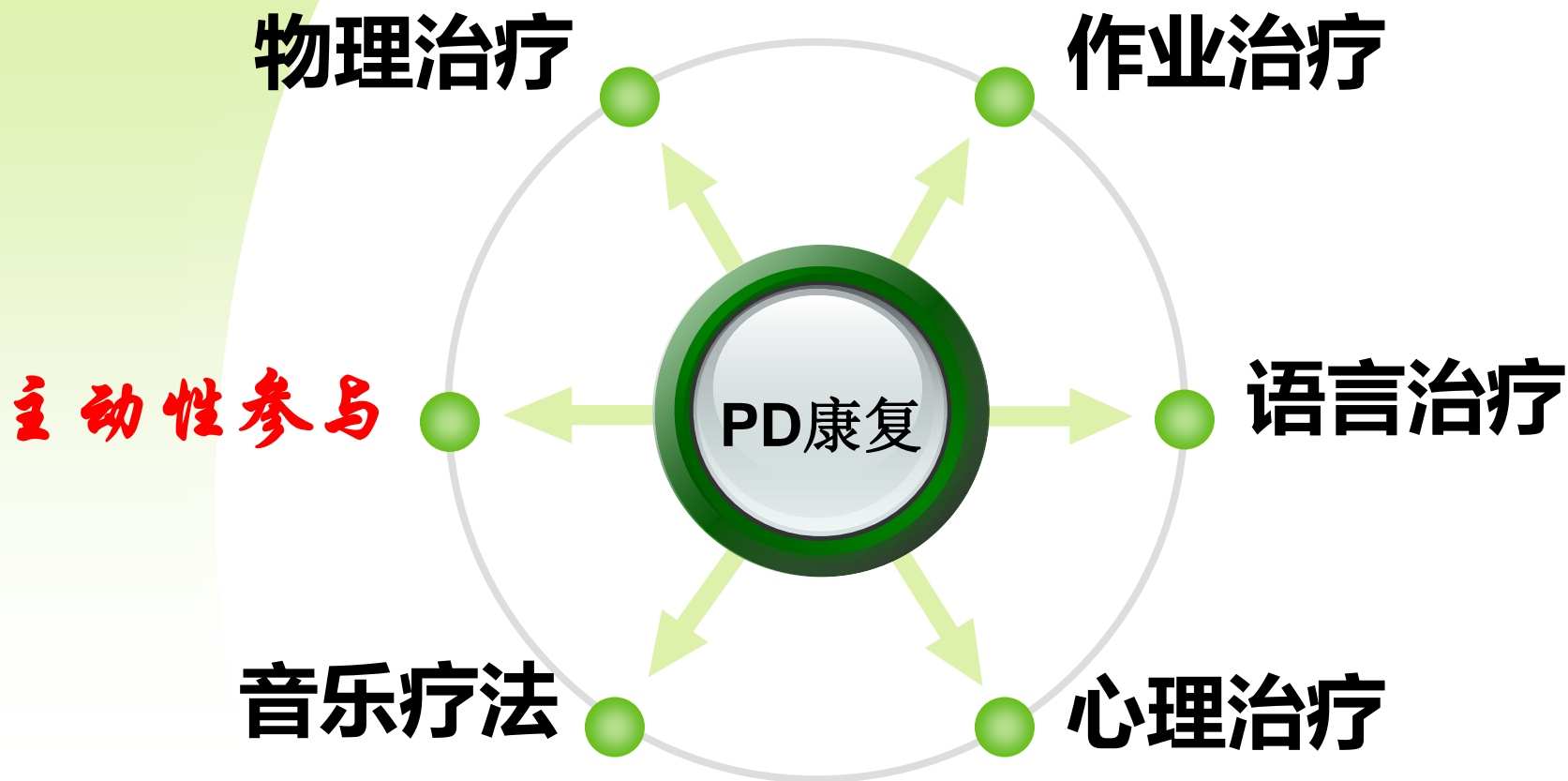
3

手术治疗

神经外科



帕金森病的综合康复





Thank You !

