



◀余業康如今已經重新振作，積極推動社會認識和接納柏金遜症病人。

柏 金 遜 症

壯男最痛



►談到過去病發時心灰意冷的日子，余業康仍感慨萬分。

何必偏偏選中我

「嗰陣時我真係唔想去相信，成日諗何必偏偏選中我。」回想剛剛得病的日子時，余業康言語間流露着萬分唏噓。今年四十八歲的余業康，證實患上柏金遜症時只有四十歲，他形容八年來

在香港，同樣有一位青年柏金遜症患者余業康，雖然沒有荷李活影星的千萬家財，但同樣選擇積極面對人生，將自己的未來作賭注，押在對抗柏金遜症上，現已退休的他為應屆香港柏金遜症會主席。

李活影星Michael J. Fox（米高霍士）在上世紀八十年代中，憑《回到未來》系列電影紅透半邊天，事業可謂如日方中，可惜在一九九一年，他證實患上柏金遜症，逐漸淡出影圈，全身投入推動社會認識柏金遜症，更在公元二千年以自己的名字成立基金，資助世界各地的柏金遜症研究工作。

荷

士）

八旬教宗若望保祿二世十年前患上柏金遜症，身體不能挺直，健康每況日下，近日更出現呼吸困難，無法言語及吞嚥，迄上週末陷入瀕留狀態。

這種慢性神經系統疾病，患者以五十歲以上的老年人為最常見，其中又以男性較多。但男人四十，亦有患上柏金遜症，四十五歲以下的患者，佔總數一成，以電影《回到未來》而名噪一時的荷李活影星Michael J. Fox，人到中年，就受到病魔困擾，以致淡出影藝事業。



▲ Michael J. Fox在公元二千年自資成立基金資助全球各地柏金遜症研究工作。

人到中年，成為柏金遜病者，無疑最痛。床上力不從心，還可靠藥物重振雄風，頭上青絲買少見少，也可織髮掩禿頭。唯獨柏金遜症，無法根治，甚至治本也不能。患者不單要承受突如其來的身體機能退化，心理上還要承受自己未老先衰的事實。

仿如走不完的路

與其他長期病患者一樣，余業康之所以拒絕社交，是因為深受其他人的歧視性目光困擾。「我係做顧客服務嘅，試過有一次有個客好厭惡咁叫我唔好Eyes，話搞到佢心都煩埋，其實當時根本唔知自己個頭郁緊。」

余業康說自己上班的地方有一條長長的行人天橋，公司上上下下的人都會經過，每天他在天橋上跟同事打招呼都會「打到手軟」，但得病後他不敢面對其他同事，惟有緊跟住體形較魁梧的同事行過天橋，希望同事見不到他。可惜身體行動緩慢，動作仿如慢鏡重播，反而引起別人投以注目禮，余業康形容：「當時覺得呢條路好似行極都行唔完咁。」

的心路歷程是由初期抗拒，然後是無奈，繼而是放棄，到現在是積極面對。

「當年我成日都手震，動作又慢，已經覺得自己有問題，會唔會好似鄧伯伯咁呢？」余業康口中的鄧伯伯，亦即已故國家領導人鄧小平，他看到報道說鄧小平患上柏金遜症，手腳抖震僵硬，便會聯想到自己的身體狀況，但因為當時自己才四十歲，故一直不肯面對現實，直至有一次他追巴士時不慎跌倒，終於向現實低頭，主動求診。

經過驗血和腦掃描等檢驗，醫生確認余業康是柏金遜症患者，但余依然不肯面對，更拒絕家人及朋友的關心。「我唔想見屋企人同朋友，試過叫啲朋友唔好對我咁好，試過同醫生講我唔覺得自己有將來，當時個人真係好灰。」余業康嘆道。



▲柏金遜症的主要患者是長者，但亦有一成病人病發時不足四十五歲。

柏金遜症病徵

- 震抖 初期通常只會是一隻手不自覺手震，繼而影響四肢，最後可能全身肌肉都會不自覺顫動。
- 緩慢 特別是剛開始活動時，身體會慢慢才能起動，轉身動作更是遲緩。
- 僵硬 關節部分更為明顯，感覺如齒輪般逐少活動，猶如慢鏡頭。
- 失衡 身體平衡感變差，容易跌倒。
- 其他 面部木無表情，步履搖擺，以及語調出現變化等。



▲電影《回到未來》上世紀八十年代上映時大收旺場，造就Michael J. Fox一炮而紅。



►腦神經科專科醫生蔡德康解釋，柏金遜症患者四肢和肌肉活動會愈來愈困難。

靈魂被困軀體內

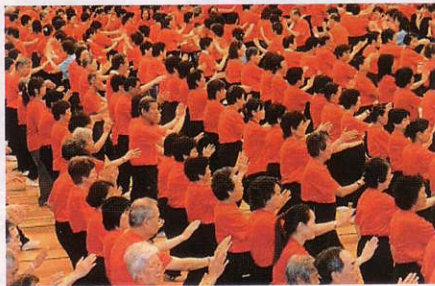
除了介意別人的目光外，最令余業康難過的是，自己身體變得像一個囚牢，把靈魂緊緊的困住。「有時瞓醒想起身，發覺自己唔郁得，頭腦係清醒嘅，但就控制唔到身體，真係好痛苦。」結果每次他都要集中精神，放鬆身體之餘，運用意志力去控制四肢，才能活動自如。

其實，真正困住余業康的不是身體，是精神上的囚牢。幾經掙扎，加上朋友和醫生的鼓勵，余業康開始參加一些專為長期病患者而設的心靈課堂，從中體會人生的意義，終於衝破心靈枷鎖，積極面對柏金遜症帶來的問題，現



▲大部分帕金森症病人只要透過服藥補充物質多巴胺已舒緩病情，一般毋需住院。

▼由於有研究指出太極拳運動有助帕金森病人延緩病情惡化，故香港帕金森症基金會每年都會舉辦活動推廣太極拳。



要太極抗帕金森症

堪稱國技的太極拳法一直被認為勤加練習可延年益壽，故深受長者愛戴，但原來勤耍太極亦有助帕金森症患者抗拒病情惡化。因為帕金森症患者多不自主地四肢抖震，用藥過多又會致手腳不自主活動。

然而，有研究指出勤練太極可以有效提升膝關節感覺及平衡能力，持久練習太極可舒緩病情，減少帕金森症患者跌倒機會。今年四月，香港帕金森症基金會就會舉辦「愛心太極操」活動，推廣帕金森症知識同時籌募善款。

香港帕金森症基金會於二零零二年，由一群對帕金森症具備專業知識的人士及患者成立。作為一個註冊慈善團體，基金一直資助帕金森症患者組織活動，加強社會對帕金森症認識，並資助相關研究。

愛心太極操

日期：2005年4月10日
時間：10:00 am - 01:00 pm
查詢：2374 1268香港帕金森症基金

已退休的他更挺身擔任香港帕金森症會主席，向社會宣傳帕金森症的正面知識。

根據腦神經科專科醫生蔡德康解釋，帕金森症至今成因未明，醫學界只知道帕金森症病理是患者腦部減少生產多巴胺，而多巴胺是負責傳送腦部指令的重要傳導物質，故帕金森症患者才會出現手腳顫抖、僵硬、失去平衡和行動緩慢等問題。

蔡德康表示，帕金森症患者需要透過藥物補充多巴胺，現時一種名為左旋多巴的藥物效用顯著，患者在服食後

能正常運用四肢，惟副作用較重，而且藥力會著服用日子愈長而變得愈弱，因此不建議青年患者服用。

當嚴重帕金森症患者如對藥物已沒有反應，就要透過手術舒緩病情。蔡醫生指出，帕金森症患者可以進行一種名為「腦刺激療法」的手術，將正負極電源插進腦深層需要多巴胺的位置，另一端連接電池的裝置設在胸口表皮之下，利用電流刺激腦細胞，可有效改善病情。

中醫謂「諸風掉眩」

身兼香港帕金森症基金會董事的蔡德康醫生指出，調查顯示每約八百人中，就有一名帕金森症患者，當中又有一成屬四十五歲以下的青年患者，他接觸過最年輕的病例只有廿多歲。然而，由於帕金森症成因未明，因此沒有任何預防方法，惟及早發現及診治肯定可以延緩病情惡化，因此他強調不論年歲多大，只要稍有病徵就要求醫。

中醫對於帕金森症則有另一種詮

老年顫症中醫食療方

黑芝麻百合汁

材料：黑芝麻和百合適量，乾百合較鮮百合為佳。

做法：黑芝麻炒研，百合煮汁，兩者可獨立或合用，多食無妨。

功效：黑芝麻甘平，補肝腎，益精血，潤腸燥，百合開鬱養血，清心安神。



天麻祛風湯

材料：天麻十克，熟地十五克，黑豆二十克，魚頭一個。

做法：將所有材料洗淨煲湯。

功效：天麻息風止痙，平抑肝陽，祛風通絡，熟地補血滋陰，益精填髓，黑豆補腎滋陰，補血明目，除濕利水，活血養血。



合核杞子元肉粥

材料：合核五個（去殼）、杞子十克、元肉十克、米適量。

做法：將所有材料洗淨煲粥。

功效：合桃補腎，溫肺，潤腸，且可健腦、明目、烏髮；杞子補肝腎和明目，元肉補益心脾，益血安神。



益智健腦粥

材料：合桃仁十五克、蓮子十克、黑芝麻粉十克、糙米和紅糖適量。

做法：將所有材料洗淨煲粥。

功效：增強記憶力，糙米含大量維生素B群，對於消耗體力多的人士是必須之營養，合桃仁、黑芝麻具有補腎益智作用。



博士養生茶

材料：赤靈芝、玫瑰花、杭菊和杞子各三至五克，可加少量綠茶。

做法：赤靈芝可切碎，洗淨材料熱水燉服。

功效：此茶方為崔博士秘方，靈芝補氣安神，杞子益肝腎，玫瑰花行氣開鬱，杭菊清肝明目，全方有養生抗老作用。



*以上藥方由新華中醫診所有限公司註冊中醫崔紹漢提供，患者應在合資格醫生指導下服用。

釋，註冊中醫崔紹漢博士指出，早在二千多年前的《黃帝內經》中，對長者肌肉抖震問題就已經有記載：「諸風掉眩，皆屬於肝。」大意是認為各種震、暈症狀，皆由「風」引起，問題則出於肝臟，而當中所講的「風」，並非引發傷風感冒的「外風」，而是「內風」。

崔醫師續稱，後世中醫學說對各種震症和顫症都有不少引伸學說，至一九九一年現代中醫學界將各種震顫問題統一稱為「老年顫症」，柏金遜症所引發的身體震抖問題，亦屬該範圍之內，但兩者並不盡同。

崔醫師認為，長者震顫問題的成因，可歸納為「風」、「火」、「痰」和「瘀」四方面。首先，長者隨着年齡增加，維生物質不斷流逝，自會氣血衰弱，肝腎陰虛，經脈失養，自會造成「血虛生風」，此情況最為普遍。

◀電視劇《甜孫爺爺》講述爺爺患上柏金遜症的部分，製作人員亦有向香港柏金遜症會取經。

▼註冊中醫崔紹漢強調「老年顫症」有多種成因，故治療方法亦因人而異。



此外，長期情緒鬱結，亦會引致「肝鬱」，而令身體外周血流量減少，造成「肝鬱氣虛」，另一方面，長者情緒不見得一定抑鬱，亦可會過盛，所謂「大動肝火」，長者情緒過激亦可能會「化熱生風」。

另外，從五行角度，肝屬木，脾屬土，有謂木盛克土，肝盛亦會抑壓脾臟，中醫認為脾主肌肉和四肢，故脾為肝所克，四肢和肌肉便會有抖震情況，而脾虛又會「聚濕生痰」，痰多會影響氣血運行，故會引致震顫。

最後，中醫謂久病必瘀，長期病患者由於氣虛成瘀，令血凝滯於內，窒礙氣血供養全身，便會造成「血瘀風動」。鑑於「老年顫症」成因因人而異，故病患者必須經詳細診斷，方能對症下藥。

【撰文：林力高 美術：黎漢星】
【攝影：何世聰、潘苑玲】