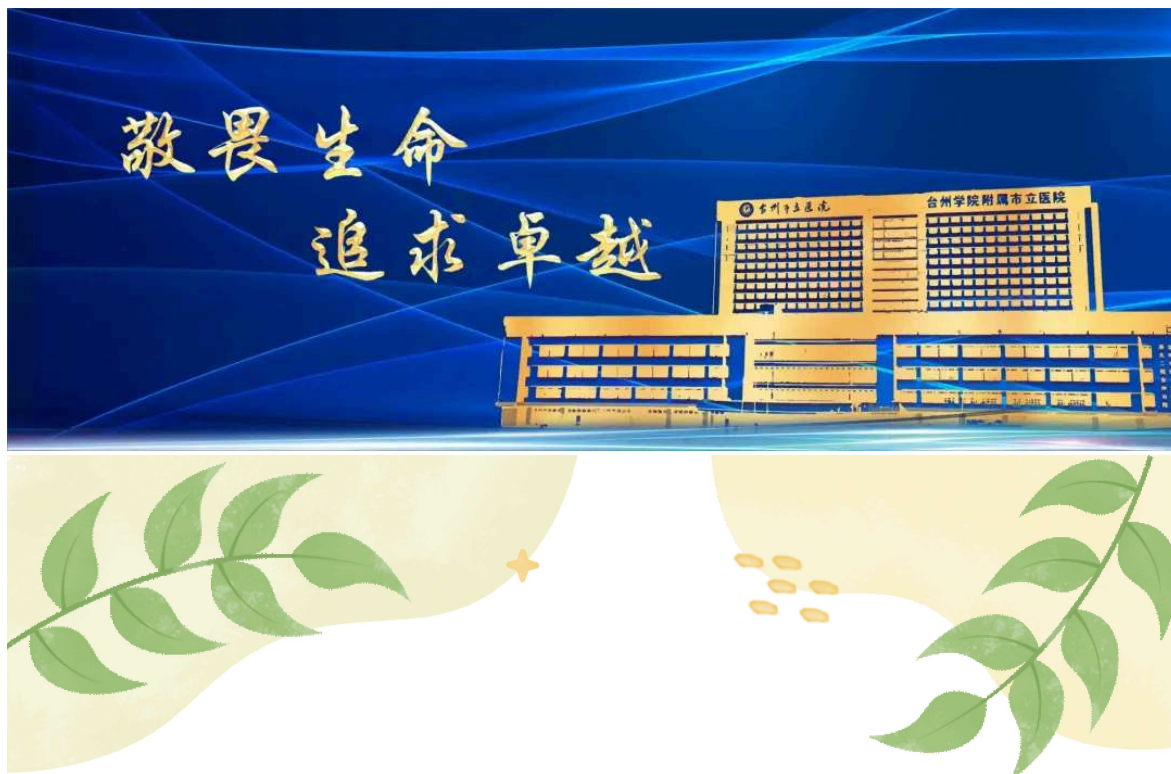


年纪轻轻也会得帕金森病？这些信号，越早发现越好 | 世界帕金森病日

台州市立医院 2026年4月10日 18:51 浙江



今年的4月11日是第30个世界帕金森病日。提到帕金森病，很多人的第一反应可能是这是一种上了年纪才会得的病。但在临床中，越来越多还**不到50岁**的年轻人被确诊患上帕金森病，这类情况被称为**早发型帕金森病**，其中发病年龄**低于21岁**的还被称作**青年型帕金森病**。

年纪轻轻为何会患上帕金森？出现哪些症状需要警惕？又该如何治疗和应对？



早发型帕金森病和我们熟知的晚发型帕金森病本质相同，都是**由于大脑内多巴胺能神经元受损、多巴胺分泌不足，引发的运动障碍疾病**。但二者在发病原因、症状特点、治疗方式上存在差异，尤其是青年型帕金森病，因发病年龄轻，症状表现更具特殊性，也更容易被误诊。

1 出现这些信号要警惕

如果年龄未到50岁就出现以下表现，千万别当成普通疲劳或小毛病，请尽快就医评估！

- ①一侧肢体僵硬疼痛、无力，活动变慢、不灵活；
- ②身体静止时出现难以抑制的手抖、脚抖的情况；
- ③长期便秘、嗅觉下降，夜间睡眠异常（睡眠中出现喊叫、拳打脚踢等情况）；
- ④莫名情绪低落、焦虑，疲惫感明显且无法缓解。

2 为什么年纪轻轻会得帕金森病

晚发型帕金森病多与年龄增长、神经退行性改变有关，早发型帕金森病，尤其是青年型帕金森病的发病原因，更偏向**遗传与环境的共同作用**。

遗传与基因突变：早发型帕金森病的病因更多与遗传和基因突变有关。因此，50岁以前发病的帕金森患者，建议完善基因检测，查看是否携带相关高危或致病基因。但要注意：**携带相关基因不一定会发病，也不代表一定会遗传给孩子**，具体风险需要专业的遗传学分析。

环境因素：长期接触杀虫剂、除草剂、有机磷、重金属等化学物质，长期饮用井水，或是有特殊职业暴露史，都会提升患病概率，若同时存在

遗传易感因素，二者会形成“叠加效应”，患病风险会进一步升高。

3 早发型帕金森病的特点

早发型帕金森病与晚发型帕金森病具有相似的核心运动症状，但首表现、症状规律都有自身特点，且非运动症状可能先于运动症状出现，这也是青年型帕金森病容易被误诊的重要原因。

运动症状

早发型帕金森病的核心运动症状同样包含运动迟缓、肢体僵硬、走路姿势和步态异常，但与晚发型帕金森病不同在于其**早期平衡功能障碍、静止性震颤相对少见**：

1.**最常见首发症状是运动迟缓**：动作变慢、做事拖沓，拿东西、走路的速度都比以前慢半拍，这一表现远多于静止性震颤；

2.部分患者首先表现为**肌张力障碍**：身体局部肌肉不受控制地收缩、僵硬；

3.**症状“晨轻暮重”**：早上起床症状轻微，傍晚加重，经一夜休息后又缓解。

非运动症状

非运动症状虽不显眼，却可能是疾病的“**早期信号**”，部分患者数月甚至数年后，才会出现手抖等典型运动症状，极易被误诊：

1.**常见症状**：抑郁情绪、不宁腿综合征（休息/夜间睡觉时腿部有莫名不适感，忍不住想活动双腿）以及成瘾行为；

2.**少见症状**：认知功能障碍、神经精神异常、出现幻觉等。

4 如何科学应对早发型帕金森病

早发型帕金森病的治疗并非单一用药，需要结合药物、康复、手术、心理疏导的综合方案，且早发现、早干预，预后效果会大幅提升。

1

药物治疗

优先选择能延缓并发症、有疾病修饰作用的药物，如多巴胺受体激动剂、单胺氧化酶B抑制剂等；若药物效果不足，或因工作、社交需要更强的症状控制，可选用左旋多巴制剂，切勿因惧怕并发症而延迟治疗。

在专科医生指导下的个体化、规范化用药，不仅能改善症状，还能延缓疾病进展、减少并发症。



2

运动康复

科学的康复训练是辅助治疗的关键，针对性的**步态训练**、**姿势平衡训练**，能有效缓解肢体僵硬、运动迟缓等不适，帮助恢复身体功能。

日常也可选择温和的运动并长期坚持，比如太极拳、瑜伽、舞蹈等，既能增强体质，也能有效提高生活质量。



3

手术治疗

对于药物治疗效果不佳，或出现明显并发症的患者，经专业医生全面评估后，可考虑行脑深部电刺激术（DBS）。

4

心理疏导

很多青年患者会因疾病陷入焦虑，过度纠结未来的不确定性，反而会陷入内耗。

其实，接纳疾病带来的改变，珍惜当下的生活，身体条件允许时，继续工作、学习，同时学会劳逸结合，根据身体状况合理安排工作与休息，张弛有度，避免因长期脱离社会而产生自卑和孤独感。

// 医生提醒

早发型帕金森病并不可怕，帕金森病的治疗，核心在于早发现、早诊断、早干预，留意身体发出的异常信号，及时就医、规范治疗，同时配合康复训练和良好的心态，就能有效改善预后，最大程度减少疾病对生活的影响。

专家简介



周婷

神经内科 主任医师 医学硕士

擅长：帕金森病等运动障碍疾病、脑血管病、痴呆、失眠、头痛、眩晕等疾病的诊治。

出诊时间：周一上午；周二、周四全天；周日上午特需门诊（新院区）

作者 | 神经内科 周婷

往期推荐

▶ 脱胎换骨！9个月甩掉90斤，
他用什么方法减了1/3个自己？



▶ 让我大声告诉你
我院结核病预防门诊开诊啦！



▶ 春天花会开，春茶喝起来！

