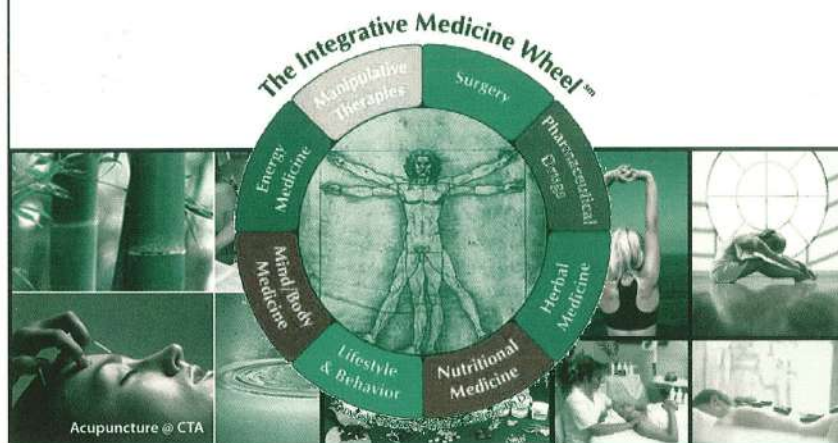




巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

另類療法的非處方藥劑



另類療法與輔助療法的藥劑比傳統的主流藥物有更長久的歷史。許多另類療法的藥劑是經過歲月的試煉而流傳下來的民俗藥方。一開始是使用動物或植物的製品，動物的製品，尤其是動作靈活、凶猛、生殖力強、雄勁的動物器官，像新鮮或烘乾的牛睪丸、犀牛角、魚翅、虎心都被用來治療人類的疾病或缺陷；植物的根、莖、葉、花和果實也被用於治療各種疾病或缺陷，經過幾千年來，也發現有些藥方對某些特定的症狀和疾病確實有效。

動物和植物的另類藥方其實是很複雜的，它們含



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

有許多成分和化合物，通常沒有標準化，而且劑量也不固定。現代科技已經開始為藥物標準化與定量化，例如將中國人參與韓國以及西伯利亞人參區分開來，而新科技也開發出新產品。

另類藥方不是安慰劑，它們有其實際的作用，是許多人經過無數次的使用所得到的效果。例如毛地黃被用來治療心臟病；奎尼丁(quinidine)可以治心律不整；用來治療瘧疾和腳抽筋的奎寧是由金雞納樹皮提煉；可以治療發燒、頭痛、發炎和防止心臟病及中風的阿斯匹靈是由柳樹皮煉製出；抗膽鹼素藥可由顛茄提煉；而左多巴也可由蠶豆提煉。

由於另類療法的藥劑是天然製品，或是來自於體內的化合物，而因為它們幾十年來一直都是安全的，因此未曾經過昂貴的大規模雙盲控制的嚴謹實驗。而且它們並不侷限於某種特定的疾病，市場較大，製造的廠商較多，價格也因而較低。

但是，另類療法與非處方的藥劑不能取代處方藥物。即使有數千年的歷史，它們無法像盤尼西林可以治療肺炎、如乙型阻滯劑可以治療高血壓、或像多巴胺可以治療巴金森氏病。它們只能輔助主流的處方藥



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

物對一些無法完全治療的疾病，如憂鬱、焦慮、壓抑和失智，來增加治療的效果。近期的研究顯示憂鬱、焦慮、壓抑對老化、巴金森氏病和失智有負面的影響，而產生這些症狀和累積自由基的機制可由另類療法的藥劑幫助紓解。

另類藥物是要與處方藥並用以加強其效果。患者使用另類藥物必須告知主治醫師；醫師也許不贊同，或是他並不清楚它的藥性與作用，但是，如果吃出問題來，患者還是需要找主治醫師治療。因為醫師的訓練包含人體結構、生理、藥理和病理，即使他分不清銀杏和人參的差別，如果你病了，或是有預期外的狀況發生，還是需要找醫師，而不是找賣另類藥物的人。

事實上，加拿大多倫多大學著名的神經學者 Anthony Lang 教授表示，目前沒有一種另類或輔助藥物能經過嚴謹的科學實驗，被證實可以治癒巴金森氏病。下面我們介紹的輔助藥物，在藥理上可能有效，也有患者用過認為有效，但是，這些藥物並沒有經過大規模嚴謹的臨床實驗證實其效果，也沒有檢驗單位認可其對巴病的功效。也許有些輔助藥物，在將來經過充份的實驗認證之後，會被確認為主流藥物。在目前，患者必須徵詢主治醫師的同意再試用。要注意的



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

是，輔助藥物是用以幫助主流藥物的，患者千萬不可停止醫師開具的處方藥物。如果輔助藥物有幫助，才繼續用下去；如果沒用，就也不必浪費金錢了。



主要的自然療法藥物



CDP-膽素(CDP-Choline)

CDP-膽素是身體內自然發生的物質，它和維生素B群中的膽素有關，膽素是細胞膜和神經組織的重要成份，蛋內的卵磷脂即含有豐富的膽素。由於還不清楚的原因，CDP-膽素似乎能增加腦內多巴胺的數量。

為了測試 CDP-膽素是否能夠增加左多巴藥的效果，在一延續四星期的單盲實驗，74 位患者被分為兩組，一組給予正常藥量的左多巴藥，另一組的左多巴藥量只有正常的一半，當然，患者不知道自己服用的劑量。這兩組患者同時還每日服用 3 次 400 毫克的 CDP-膽素，結果，左多巴劑量只有一半的一組，在巴金森氏病的症狀與行動機能與另一組類似。這結果顯示服用 CDP-膽素可以減少左多巴藥的用量及副作用的症狀，另外也有實驗證實 CDP-膽素對行





巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

動緩慢及僵硬有 20%~30% 的改進。

CDP-膽素的副作用很輕微，巴金森氏病患者口服 CDP-膽素的研究只發現少數患者有短暫的噁心、昏眩和疲倦的現象。另一項與巴病無關的實驗，有 2817 人服用 550~650 毫克的 CDP-膽素 60 天，只有不到 5% 的人有輕微的腸胃不適，並沒有人需要退出實驗。

也有專家建議記憶力有問題或失智的巴病患者，將膽素 (choline) 配合卵磷脂 (lecithin) 及磷脂膽素 (phosphatidylcholine) 一起服用，這三種化合物是神經傳導體乙醯膽素的前驅物，經過化學反應，會變成乙醯膽素。



輔酵素 Q10

輔酵素 Q10 是一種抗氧化物，在體內自然生成。輔酵素 Q10 是細胞內粒腺體產生能量所必要的化合物。研究人員發現巴病患者在體內包括腦部細胞內粒腺體的輔酵素 Q10 有減少的跡象，基底核的細胞因而容易受到外界毒素的損害。如果補充輔酵素 Q10，它將增加腦神經細胞能量，及其正常運作。



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

在有 28 位巴病患者參加的一個雙盲實驗，患者服用 1200 毫克的輔酵素 Q10 或安慰劑，發現症狀有輕微的改善。在另一較大規模，十六個月的雙盲實驗，有八十位尚未開始服藥的早期巴病患者，分別服用 300、600、1200 毫克的輔酵素 Q10 或安慰劑，發現高劑量的輔酵素 Q10 可能會延緩巴病的進展，而且沒有什麼副作用。本刊第十期[Q10 輔酵素對巴金森症的功效]一文對於 Q10 有較詳盡的報導，讀者可以參閱。



其他的自然療法藥物



維生素與抗氧化物

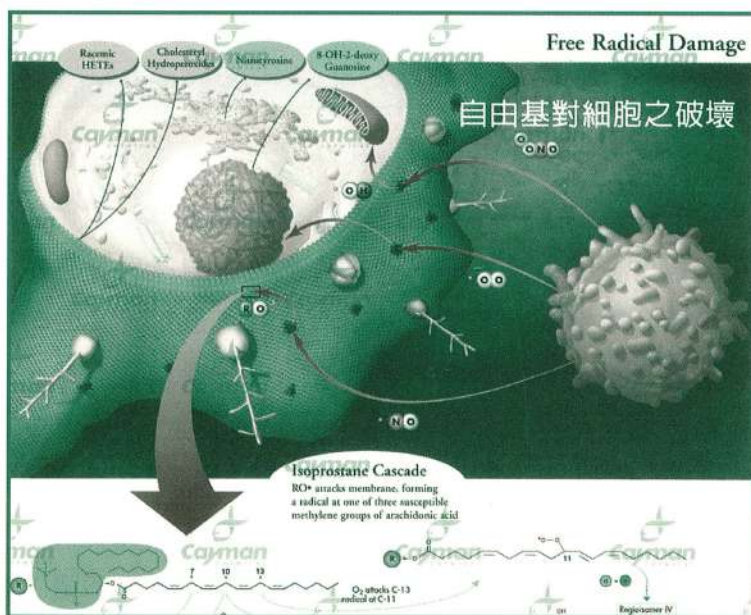
人體新陳代謝時會在體內和腦部產生高活性的自由基，在特定狀況下，自由基會破壞細胞的功能而產生包括巴金森氏病的病變。抗氧化物能夠阻礙自由基的活動，因為維生素 E 就是抗氧化物，服用高單位的維生素 E 或許能幫助腦部抵禦自由基，延緩巴金森氏病的進展。美國 Stanly Fahn 教授的實驗對 21 名早期的患者給予每天 3000 毫克的維生素 C 與 3200 單位的維生素 E，觀察了七年之後，發現服用抗氧化物的患者需要開始服左多巴藥的時間延遲了 2~3 年。不過，



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

隨後有一大規模的實驗讓 800 位患者，每天服用 2000 單位的合成維生素 E 十四個月，並沒有發現延緩症狀或是減少左多巴藥副作用的效果。由於維生素 E 很難通過血腦屏障進入腦部，合成的維生素 E 可能沒有天然的維生素 E 有效，因為天然維生素 E 含有八種重要成份，而合成的只有一種，是否天然的效力比合成的要多二、三倍，這需要進一步的實驗來證實。另有一研究分析參與維生素 E 實驗的患者，發現每天服用超過 400 單位的患者死亡率稍高。也有理論認為單一抗氧化物的實驗並不準確。數種抗氧化物一起服用，可





巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

能有互補作用，效力較強。當然，這需要進一步的研究。

事實上，目前並沒有確切的實驗，證實任何維生素有治療巴金森氏病的效果，而如果服用過量的維生素反而妨礙巴病藥物的效果。雖然有專家建議服用維生素 B₆ 以幫助多巴胺的合成，但是如果每天服用超過十毫克的維生素 B₆，會促進左多巴的分解，而減少其效用；每天服用超過 2000 毫克的維生素 C 可能會刺激胃壁並引起腹瀉；過量的維生素 E 則會積存於脂肪，產生毒素。因此，每天不要服用超過 1000 單位的維生素 E，太多的維生素 E 還會使血液稀釋，對於服用血液稀釋藥物的患者要特別當心。不過，每天吃一粒多種維生素對巴病並不會有壞的影響，還會促進患者的營養均衡與身體健康。



SAMe (S-adenosylmethionine)

由於巴金森氏病本身引起的症狀，以及心理受到罹患不可痊癒疾病的打擊，許多患者都有憂鬱的現象。而且，有研究指出左多巴會消耗腦內一種名為 SAMe



SAMe 化學結構圖



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

的化合物，因為 SAME 有抗憂鬱的效果，長期服用左多巴藥也可能促使憂鬱的發生。

SAME 是一種天然的新陳代謝產物，也是相當安全而有效的抗憂鬱劑。在一雙盲實驗，對 21 位已經服用左多巴藥的患者給予口服和注射 SAME 三十天，再換其他療程三十天。結果，雖然其他巴病的症狀並未受到影響，但使用 SAME 的患者在二星期後，72% 覺得憂鬱狀況有所改進，使用安慰劑的患者只有 30% 感覺憂鬱有所改進。

雖然以上的實驗結果顯示 SAME 似乎適合與左多巴藥一起服用，但是 SAME 可能會分解左多巴而減少其效果，這狀況對長期服用 SAME 與左多巴藥的患者尤其明顯，因此，患者要服用必須要徵詢主治醫師的同意。



麩氨基硫(Glutathione)

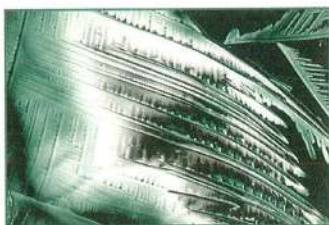
麩氨基硫是腦內最重要的抗氧化物，它能夠防止氧化壓力破壞腦神經細胞，它也是體內重要的排毒物，缺乏麩氨基硫和老化、白內障、阿滋海默症、巴金森氏病、愛滋病、肺病和癌症的進展有關。



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

巴金森氏病主要是發生在腦內基底核黑質的部位，是目前在神經退化過程中，氧化壓力最明顯的受害者。巴病患者細胞組織內的許多抗氧化物都有減少的現象，這些現象表現



麩氨基硫結晶圖

在腦內的許多症狀，像黑質內黑色素的消失、鐵的增加、麩氨基硫的減少、抗氧酵素的活動以及脂質的過度氧化等等，顯示出氧化壓力和身體老化與巴病的發生及進展有關。也有研究發現巴病患者在症狀出現前，麩氨基硫的數量明顯地減少。因此，補充麩氨基硫，增加其對抗氧化壓力的活動或許可以防止或阻礙巴病的發展。

雖然市面上有許多強化麩氨基硫的營養劑販售，合成的麩氨基硫很難直接進入細胞，它只能在細胞內由胺基乙酸、麩氨酸鹽和副胱氨酸三種胺基酸生成。所以，可以藉由補充如 N 型乙醯基副胱氨酸(N-acetylcysteine)、維生素 C、硒、胺基乙酸及 SAME 等胺基酸來增加麩氨基硫，或是由蘆筍、酪梨、葡萄柚、柳橙、花椰菜、馬鈴薯等食物來補充，但是目前我們並不知道有多少效果。



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

目前，美國佛羅里達州 Perlmutter Health Center 的 Perlmutter 醫師宣稱靜脈注射麩氨基硫能夠紓解巴病的運動障礙與憂鬱症狀，有 80% 的患者在注射後有顯著的效果；當然，這些患者還是要繼續服用抗巴病藥物。而義大利也有研究指出患者每天注射二次麩氨基硫可以降低運動障礙指數 42%。但是這些結果並沒一個包含有安慰劑效果的實驗可證實。目前在美國南佛羅里達大學運動障礙中心正在作一個有 20 位患者的雙盲實驗，在今年可以完成；這研究的結果應可證實由體外補充麩氨基硫對巴病的療效。



NADH

NADH 是身體和腦內最重要的輔酵素之一，也是體內結構最複雜的分子之一，它是活性的維生素 B₃，負責提供身體所需要的能量。它能夠在肝臟和其他細胞內由維生素 B₃ 生成，也可以由外界補充。

多巴胺在神經細胞內的生成有兩個步驟，首先酪胺酸(amino acid tyrosine)經由酪胺酸酵素(tyrosine hydroxylase)轉化成左多巴，再變為多巴胺。在這過程中，酪胺酸酵素的活性控制著多巴胺合成的數量。有研究發現巴病患者的酪胺酸酵素的活性較常人的



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

低，而患者服用左多巴會更加降低酥羥胺酸的活性，因此患者需要服用更多的左多巴來補充多巴胺。

奧地利 Birkmayer 研究所發現，巴病患者腦內的酥羥胺酸酵素只有常人的一半，還發現 NADH 能夠使酵素活化，增加酥羥胺酸酵素的數量與活性，以及多巴胺的產量。因此，Birkmayer 研究所二十年前在維也納開始了 NADH 的臨床實驗。他們開發了 NADH 口服藥片，研究 NADH 對巴金森氏病、阿滋海默症和憂鬱症的功效。在一項有 885 位患者的實驗，415 位接受 NADH 的注射，另外 470 位則服用 NADH 口服劑。兩組患者都顯示出症狀的改進，特別是運動功能、走路、推動、姿勢及語言能力，有些患者認知能力和情緒也有所改進，而 NADH 注射和口服的效果一樣，他們還發現患者尿液內有多巴胺的新陳代謝體，顯示出 NADH 增加了多巴胺的數量。



此外，NADH 還被用以治療憂鬱症及阿滋海默症，因為 NADH 增加了腦內多巴胺、正腎上腺素、血清素的數量及能量，這都有助於紓緩憂鬱。在 Birkmayer 研究所一項有十七位不同程度失智的阿滋



巴金森氏病的另類療法

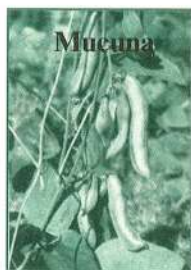
另類療法的非處方藥劑

海默症患者的實驗，發現 NADH 能夠停止阿滋海默症的惡化，並改善失智和行為上的症狀。這是因為 NADH 補充了阿滋海默症患者減少的神經多巴胺和正腎上腺素的緣故。



蠶豆和 Mucuna 豆

蠶豆和 Mucuna 豆都含有豐富的左多巴和纖維，半杯(100 公克)的蠶豆或 Mucuna 豆約含有 250 毫克的左多巴，大約是一粒左多巴藥的含量，Mucuna 豆還含有豐富的維生素 E 與纖維。曾經有一個實驗，60 位早期巴金森氏病患者在服用 Mucuna 豆後，每一位患者在 Hoehn 與 Yahr 動作測量指數整整上升了一級，不過，這結果沒有後續的實驗可確認，只能算是個人的觀察，不能證明其效果。有人認為服用天然的左多巴比較安全及有效，這需要進一步的研究證實。患者目前不要未經諮詢醫師就自行把藥物換成蠶豆或 Mucuna 豆。另外，服用抑制劑(Selegiline, Elderpryl, Jumexal, Deprenyl 和 Rasagiline)的患者不可





巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

同時吃蠶豆或 Mucuna 豆。



類黃鹼素(Flavonoid)

類黃鹼素是一種有五千年治病歷史的抗氧化物，它包含四千多種化合物，來自樹葉、樹皮、種子、果皮與花的色素，其中有五十種來自食物中的茶葉、莓類和酒等。其中抗氧化性特別突出的是萃取自松樹



皮的 Pycnogenol、茶葉中的多酚化合物 EGCG 和銀杏葉。類黃鹼素的主要作用是防止血液凝結、膽固醇的氧化破壞與降低高血壓，它還能夠和其他抗氧化物互相結合，增強其他抗氧化物的效用，因而有抗發炎、促進血液循環、防止心臟病、增強免疫以及防止衰老的功能。

因為類黃鹼素是能通過血腦屏障，進入腦內抑制自由基的氧化破壞與發炎，因此，它可能會防止巴金森氏病的發生與減緩病症的惡化。營養專家建議每天服用 20 毫克的 Pycnogenol 或每天 120~240 毫克的銀杏葉素。



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑



Pycnogenol

Pycnogenol 是由法國濱海的松樹皮 (Pinus maritima) 萃取，含有 40 種抗氧化物的化合物，它是目前實驗出抗氧化性最高的物質，能夠毀滅過氧化物、硝化氧化物 (nitric oxide) 和羥基 (hydroxyl) 自由基。此外，Pycnogenol 還會加強其他抗氧化物，特別是維生素 C，在身體內的作用。



Pinus



銀杏葉 (Ginkgo Biloba)

銀杏葉是一種強力的類黃鹼素抗氧化物，能夠幫助身體驅除自由基，同時促進血液到腦部的循環，它也顯示出能夠改進記憶力的效果，還可以幫助睡眠和疲勞等巴金森氏病的症狀。有些專家認為銀杏葉能促進血液在腦部的循環，因此，對巴病患者有益。有專家表示，「銀杏葉是一種有助於抗氧化物在腦部、視網膜和心血管等部位活動的特殊物質，實驗顯示出銀杏葉可以增加長期和短期的記憶力、促進血液循環與幫助精神的集中。」





巴金森氏病的另類療法

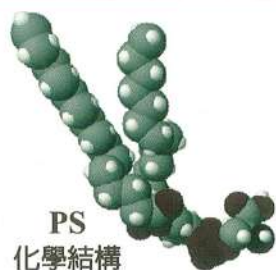
另類療法的非處方藥劑

有些非正規的實驗認為銀杏葉能夠幫助巴病患者的腦波及增加腦部的新陳代謝。在 1997 年的美國醫學會刊，紐約醫學研究所報導，每天 120 毫克的銀杏葉能減緩失智症患者認知能力的衰退，有些專家則建議增加到每天 240 毫克。不過，讀友們在使用前必須徵求主治醫師的意見，銀杏葉在德國及法國已經被列為處方藥物。對於已經在服用促進血液循環或抗凝血劑的人，銀杏葉會更加強稀釋血液的效果。



磷脂絲氨酸(PS, Phosphatidyl Serine)

PS 是細胞膜的主要成份，它是一種能維持腦部的功能與傳送神經興奮的脂類。有研究發現 PS 數量太低與巴金森氏病有關，而補充 PS 能夠改進巴病患者和阿滋海默症患者的情緒和心智能力。著名的營養學家 Atkin 醫師建議巴病患者每天服用 300~500 毫克的 PS 以幫助腦部的功能並增強思考、情緒及學習能力。





巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑



L-酪氨酸(L-Tyrosine)

L-酪氨酸是多巴胺的前驅物，它經過化學反應會變化成多巴胺。理論上來說，服用L-酪氨酸應該和使用左多巴藥有類似效果。有些專家讓患者服用L-酪氨酸(每公斤體重 100 毫克)來取代左多巴藥，發現效果良好，而副作用較少。不過還是有爭議的，因為L-酪氨酸可能會干擾多巴胺到腦部的傳送。使用L-酪氨酸必須要在專精於巴金森氏病自然療法的專科醫師指導下進行。



補充荷爾蒙療法

腦細胞的能量及功能都需要均衡的荷爾蒙。荷爾蒙失調會影響到認知能力而造成失智。對女性來說，雌激素不足除了造成潮紅、睡眠紊亂外，還會有情緒不穩、疲勞和記憶力的問題；缺乏黃體脂酮則會產生疲勞和憂鬱。男性的睪丸素酮不足則會有肌肉損失、膽固醇升高、憂鬱和記憶力的問題。雌激素、黃體脂酮和睪丸素酮的數量都可由驗血查出而決定是否需要補充。

DHEA 是身體內自然產生的類固醇荷爾蒙，可以



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

轉換成雌激素、睪丸素酮及其他類固醇；不過，DHEA 會隨著年齡的增加而產量減少。有些老鼠實驗顯示補充 DHEA 能夠幫助記憶力、緩和憂鬱、增強生理及體能的健康、防止心臟病及癌症、維護神經系統的運作以及延年益壽。對人類而言，目前的實驗數據無法證明以上的功效，然而，許多專家認為已經有足夠的實驗證明補充 DHEA 對人體是安全而且有益於促進健康及生活的品質。

此外，褪黑激素(Melatonin)是腦內松果腺在睡眠時產生的荷爾蒙。它被認為可以刺激神經傳導體血清素的合成以及其他抗氧化物像巯氨基硫過氧化酵素。褪黑激素還能夠抑制巴金森氏病的氧化破壞，幫助有些患者增強認知功能。褪黑激素通常在睡前服用 0.3~1 毫克，每星期 2~3 次。P

本文參考：

1. Abraham Lieberman, "Over the Counter Drugs for PD", Lieberman Parkinson Clinic, 2006, USA
2. S. Fahn, "A Pilot Trial of High-Dose Alpha-Tocopherol and Ascorbate in Early Parkinson's Disease", Annals of Neurology 32(1992): S128-132.
3. "The Parkinson's Disease Treatment Book", J. Eric Ahlskog, Mayo Clinic, Oxford University Press, 2005,



巴金森氏病的另類療法

另類療法的非處方藥劑

USA.

4. Nutan Sharma, Elaine Richman, "Parkinson's Disease and the Family", Harvard Press, 2005, USA.
5. "Glutathione Natural Drug Against Disease", Park Tribune. com, March4, 2004.
6. Parris M. Kidd, "Glutathione: Systematic Protectant Against Oxidative and Free Radical Damage".
7. Jill Marjama-Lyons, Mary J. Shomon, "What Your Doctor May Not Tell You about Parkinson's Disease", Warner Books, 2003, USA.
8. Richard M. Restak, "Older & Wiser, How to Maintain Peak Mental Ability for As Long As You Live", Simon & Schuster, 1997, USA.
9. Lester Packer, Carol Colman, "The Antioxidant Miracle", John Wiley & Sons, 1999, USA.

慾望無窮，不斷要求「圓滿」，「圓」
愈畫愈大，就愈難滿足，感覺不到
幸福。

慈濟靜思小語

台南月世界風光