

## 早發型巴金森患者常見的生活困擾 3

文／范淞斌醫師 台大醫院神經部

調整生活策略使用制汗輔助  
流汗異常真尷尬

## | 案例 |

吳經理走進會議室，額頭汗如雨下，不斷用小毛巾擦拭著。秘書見狀立即把空調開到最強。吳經理制止她，一邊雙手抱起熱茶杯說：「不必開呀，很冷。」但額頭汗珠仍然冒個不停……

體溫調節中樞退化、汗腺周邊神經功能不佳，或藥物開關現象、異動症副作用等，都可能引起異常流汗現象，不但生理上感到不適，有時甚至影響社交與心情。

流汗異常是另一個時常困擾巴金森患者的非動作障礙症狀。根據以往的研究指出，流汗異常問題可視為巴金森病的一項疾病指標，也可能成為此疾病的早期診斷指標，但相關的證據仍需更多的研究來支持。

目前學界認為，流汗異常可能是因為中樞調節體溫區塊出現病理性退化，以及調節汗腺的周邊自主神經功能不佳所造成。

## 難以捉摸的汗水

多數患者面臨的是過度流汗，其餘則是受汗水減少所擾，又或者兩者兼具。較常見是軀幹的汗水減少，但臉部的汗水分泌卻增加。此外，患者的體溫調節也可能會因為流汗異常而受到影響，因而常抱怨手腳冰冷。

但最為困擾的是突發性的大量出汗，或稱「流汗危症（sweating crises）」，這常出現在患者藥效不足的時期（off-state），甚至是夜晚。但若後期患者在藥效明顯的時期（on-state）出現異動症狀，造成活動量大增，亦可能出現此過度流汗的現象。

由於巴金森患者的嗅覺往往較不靈敏，較無法察覺過度流汗所造成的異味。因此，流汗異常不僅造成生理上的困擾，干擾生活品質，也可能連帶地影響其社交狀況，導致情緒層面也受影響。

## 我該如何處理？

對於在藥效不足時期或異動症發生時所出現的過度流汗，患者可以與醫師討論，調整使用藥物的時間與劑量，來縮短或減緩藥效不足的時間以及異動症。

而對於流汗異常發生時間較為隨機或發生在睡眠時段的患者，以下生活策略的調整值得病友參考：

- 穿著輕便、透氣的衣物
- 洗冷水或溫水浴
- 補充充足的水分

- 使用具吸濕排汗且具降溫效果的毯子、睡衣、衣物。這些產品多半使用吸水效果較好、水分蒸散較快的材質製成。
- 避免易造成出汗的食物，例如：辛辣食物、含咖啡因的食物以及酒精。

以上的方式儘管簡單易達成，但可能效果不盡理想。那麼，以下常見的、非單純針對巴金森患者的方式，或許也可以考慮：  
**止汗劑**：一般藥局或藥妝店幾乎都能買到。這些製品多半含有鋁鹽，可以使用在局部多汗的區塊。

**口服抗乙醯膽鹼藥劑**：儘管副作用不少，但對於某部分的患者確實有所幫助。（常見藥名如：格比平）

**肉毒桿菌注射**：可施打於腋下以及手掌。

**經過核准可以減少汗水的儀器**：例如電療止汗機、微波止汗機。

以上方式多半針對局部出汗位置做處理，若是過度出汗位置遍及全身，則不一定適用。每位患者的狀態不完全相同，建議與醫師做個別的討論後再決定。



選擇吸濕排汗的衣物可增加舒適度、避免異味。