



流口水，真惱人！

巴友常見的生活困擾其實有解

巴金森病友可能由於吞嚥肌肉無力，導致口水蓄積在口中而溢流，影響心情與社交。這個困擾可以透過鍛鍊或藥物加以改善。

編譯／姜欣慧

根據統計，巴金森患者約有 50%-80% 左右有流口水的問題^{1,2}，嚴重程度從輕微的嘴角有口水，到需要一直用衛生紙或手帕擦拭，甚至經常弄濕衣物。

流口水的困擾

然而，出現流口水問題並不是因為口水的分泌量增加，而是因為反射能力降低，或是口腔肌肉或咽喉肌肉無力而造成口水積累在口中，導致溢流。

流口水的現象不但有礙美觀，對患者也造成不小的心理影響，甚至有人因此感到自卑、難情，進而自主減少社交生活、遠離人群。此外，頻流口水也可能造成口腔異味、嘴唇周圍皮膚發炎等情況。更有甚者，也可能因為口中唾液積存過多而吸入肺部，造成吸入性肺炎。

近年來，研究人員針對巴金森病患者流口水的問題，找到了許多改善方案，無論採物

理方式或服用藥物，都能幫助巴金森病患者解決流口水的問題。

非藥物方式控制流口水

最簡便的方法是嚼口香糖或吮吸硬糖，因為這兩種方法都可以刺激患者更頻繁的吞嚥動作。雖然效果不一，但多少有助於減少流口水的問題。其他有助於減少流口水的方法：

- * 頸部挺直向上，頭稍微後仰，可幫助唾液流向喉嚨。
- * 張嘴說話或吃飯之前，記得先吞一下口水。
- * 提醒自己經常吞嚥。
- * 注意讓嘴唇保持閉合狀態。
- * 睡覺時可將床頭抬高，或採側臥姿勢。
- * 經常做「用力吞咽」的運動，訓練吞咽肌肉，清除唾液。
- * 平時可用棉棒蘸冰水，輕輕刺激軟齶、舌根和咽後壁，然後做空吞咽動作。

- * 訓練舌頭的靈活度。平時可對著鏡子訓練，儘量將舌頭伸長，做環繞的動作，順時針、逆時針的鍛鍊；如果出現較多口水，就進行吞咽的動作將口水咽下。

控制流口水的藥物

如果上述方式仍然無法減少流口水，且嚴重到影響生活的程度，也可考慮尋求藥物協助。以下是常見的藥物：

1. 抗膽鹼藥物³

抗膽鹼藥物可減少唾液分泌，如：苯托品（benztropine）、東莨菪鹼（scopolamine）、格隆溴銨（glycopyrrolate）及異丙托溴銨（ipratropium bromide）。有時醫生會開立阿托品滴眼液（另一種抗膽鹼藥物），讓患者滴於舌下以控制流口水。

但這些藥物也可能影響身體其他部位，例如：尿液蓄留、便秘或視力模糊。所以，用藥請與醫師討論後，由醫師決定藥物的種類及劑量。

2. 注射肉毒桿菌素

近年來有許多歐美臨床數據顯示，注射肉毒桿菌素治療流口水安全有效。肉毒桿菌素的作用機轉是抑制乙醯膽鹼的釋放。唾液腺局部注射肉毒桿菌素可抑制膽鹼副交感神經和節後交感神經的調控作用，進而減少唾液腺的分泌量。

但十分值得注意的是，肉毒桿菌毒素雖然會減少唾液分泌，但也會減弱口腔的肌肉力量，其中包括吞嚥所需的肌肉。因此，注射

肉毒桿菌毒素不但不能「治療」吞嚥功能障礙，甚至可能導致吞嚥功能障礙。所以務必由專業的耳鼻喉科醫師進行。

目前市面上共有七種不同類型的肉毒桿菌毒素，但只有肉毒桿菌毒素 A 和 B 兩種能用於醫療用途，而這兩種又依劑量和純度不同，各自衍生出幾種不同的製劑；其中，只有 IncobotulinumtoxinA (Xeomin®) 和 RimabotulinumtoxinB (Myobloc®) 經過 FDA 核准可用於慢性流口水的治療。

與醫師密切討論

與以上藥物相反的，有些巴金森病藥物會增加唾液分泌，例如氯氮平（Clozapine）。如果服用這種藥物且出現流口水的問題，可和醫生討論更換其他藥物。

流口水的症狀或輕或重，但既然有以上各種解決方案，建議病友們，即使狀況輕微也不要默默忍受，而影響生活品質或心情。一旦有流口水的困擾，記得在就診時跟醫師討論，採取積極措施來解決，才能確保安全和舒適。而上述藥物是否有健保給付、給付條件如何，也需要向醫師詳細詢問。

| 參考文獻 |

1. Nienstedt JC, Buhmann C, Bihler M, et al. Drooling is no early sign of dysphagia in PD. Neurogastroenterol Motil. 2018;30:4. doi:10.1111/nmo.2018.30.issue-4.
2. Kalf J, Bloem B, Munneke M. Diurnal and nocturnal drooling in Parkinson's disease. J Neurol. 2012;259(1):119–123.
3. <https://www.apdaparkinson.org/wp-content/uploads/2022/04/APDA21314-Drooling-Factsheet-D4V1.pdf?eType=EmailBlastContent&eid=d5784212-af16-42ff-b722-aaec1fa6b3bf>