

뇌신경센터
Neuroscience Center

파킨슨병

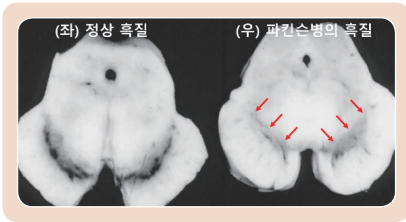




파킨슨병이란?

파킨슨병이란 뇌의 신경전달물질 중 하나인 도파민이 부족해져 다양한 운동증상이 나타나는 퇴행성 뇌질환입니다. 퇴행성 뇌질환 중 알츠하이머병에 이어 두 번째로 흔합니다.

도파민은 우리 뇌의 기저핵이라는 부위에 작용하여 부드럽고 자연스러운 움직임을 가능하게 해주는 신경전달물질입니다. 따라서 부족해지면 몸의 움직임이 부자연스러워지는 파킨슨 증상이 발생합니다.



파킨슨병의 흑질



파킨슨병을 앓고 있더라도, 파킨슨병이 없는 정상인과의 평균 수명에 차이가 없습니다. 불과 수십년 전까지도 파킨슨병은 치료 약물이 없어 발병 5년 이내에 환자가 사망에 이르는 정도가 25%나 되었던



질환입니다. 효과적인 치료법과 약제들이 다양하게 개발되어 파킨슨병 환자들의 수명과 삶의 질을 크게 개선시켰습니다. 하지만 파킨슨병은 신경퇴행성질환이기 때문에 그 증상이 서서히 진행되는 것이 사실입니다. 그렇다 해도, 치료 약물을 복용하면 증상이 현저히 호전되고 삶의 질이 좋아집니다.





파킨슨병의 증상은?



주로 안정시에
심해지는 떨림
(진전)

근육의 경직



파킨슨병의
대표적인
운동증상

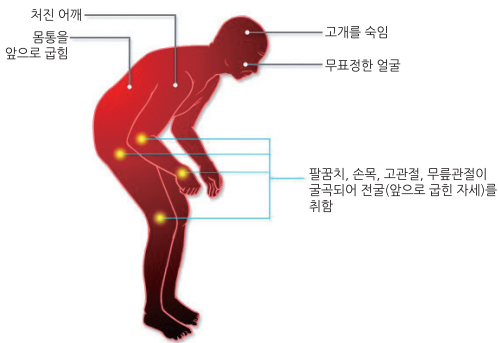


행동이 느려짐
(서동증)

보행과 균형의
장애



파킨슨병은 환자에 따라 운동증상뿐 아니라 다양한 비(非)운동증상이 나타나기도 합니다. 비운동증상에는 기립성 어지럼증, 변비, 빈뇨, 절박뇨, 불면증, 렘수면행동장애, 우울증, 불안, 환시, 인지 기능장애 등이 포함됩니다.



파킨슨병의 주요 운동증상「출처 : 대한의학회」



파킨슨병은 어떻게 치료하나요?

약물치료가 가장 중요한 치료법입니다. 파킨슨병 약은 환자의 상태에 맞춰 적절한 용량과 용법을 유지하는 것이 중요합니다. 신경과 전문의에게 정확한 진찰을 받고 권고하는 약물 처방을 성실히 따라야 합니다.

일부 환자의 경우 파킨슨병의 운동증상이 상당히 진행해 약물만으로는 증상 조절이 어려운 경우도 있습니다. 이러한 경우 뇌심부자극술 등의 수술적 치료를 시행하기도 합니다. 하지만 근본적 치료가 아닌 증상 조절을 위한 수술이기 때문에 기대효과와 부작용에 대해 충분히 논의 후 결정해야 합니다. 전문적인 물리치료나 꾸준한 운동도 증상개선에 도움이 됩니다.

TIP!

파킨슨 증상 ≠ 파킨슨병

‘파킨슨 증상’은 환자의 증상을 표현하는 용어이기 때문에 파킨슨 증상이 있다고 해서 모두 파킨슨병인 것은 아닙니다. 뇌혈관질환의 후유증이 파킨슨 증상으로 나타나는 혈관성파킨슨증, 약물의 부작용으로 파킨슨 증상이 나타나는 약물유발파킨슨증, 신경퇴행성질환 중에서도 파킨슨병과 얼핏 비슷해 보이지만 실제로는 다른 원인으로 발생하는 비전형파킨슨증후군 등이 파킨슨병과 감별이 필요한 질환입니다. 정확한 진단을 위해서는 신경과 전문의의 진찰이 필요하며 다양한 영상검사가 활용됩니다.



식사와 운동은 어떻게 하나요?

파킨슨병에 효과를 보이는 특정 식품이 있는 것은 아닙니다. 모든 영양소를 골고루 섭취할 수 있도록 건강한 식단을 구성하십시오. 특히 신선한 제철음식이 좋습니다. 비타민과 항산화 성분이 포함된 견과류, 베리류 등을 간식으로 먹는 것도 좋습니다. 변비는 파킨슨병에 흔히 동반되는데 섬유질이 풍부한 고구마, 미역, 양배추 등을 섭취하는 게 도움이 됩니다. 병으로 인해 삼킴장애가 있는 경우에는 음식을 씹거나 삼키기 쉬운 형태로 조리해야 합니다. 연하기능에 따라 연하보조식을 섭취합니다. 무엇보다 과식하지 않는 것도 중요합니다.

운동은 파킨슨병의 운동증상 뿐 아니라 우울증, 수면장애에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있습니다. 운동은 꾸준히 하는 것이 중요합니다. 걷기, 체조, 수영, 댄스 등 환자 본인이 평소에 즐겨해왔던 운동을 적어도 주 3회, 30분 이상 하시는 것이 좋습니다. 단, 너무 무리한 근력운동이나 과도하게 격한 운동은 균형감각이 떨어지는 파킨슨병 환자들에게 낙상이나 외상의 원인이 되어 오히려 악영향을 미칠 수 있습니다. 운동은 적절한 강도로 즐기면서 해야 합니다.





1899-0001

의정부

평일 08:00~17:00

대전/노원/강남

평일 08:30~18:00 토요일 08:30~12:30

www.emc.ac.kr

환자가 필요로 하는 곳엔 ‘을지’가 있습니다

의정부을지대학교병원

대전을지대학교병원

노원을지대학교병원

강남을지대학교병원