

## 手好抖，你害「帕」了嗎

## 談顫抖症與帕金森氏症差異

文 | 家庭醫學部住院醫師 鄭晴安



## 鄭晴安 醫師

現 職：臺北榮總家庭醫學部住院醫師  
 學 歷：台北醫學大學醫學系  
 專 長：家庭醫學、公共衛生、預防醫學

「醫生，我手一直在抖，怎麼辦？會不會是帕金森氏症？」

不少民眾抱怨手部出現不自主且節律性的抖動，進而影響到工作甚至拿筷子吃飯等功能，自行上網查資料後，擔心帕金森氏症而到門診求診。這種肢體出現無法靠意念停止的震盪性運動，在醫學上稱作顫抖症（tremor），帕金森氏症只是顫抖症的一個鑑別診斷，其他常見原因還有原發性顫抖症與生理性顫抖。

## 各種顫抖症的常見原因

1. 生理性顫抖：導因於情緒、藥物或代謝異常而產生的顫抖。常見成因包括低血糖、低體溫、發燒、酒精戒斷、甲狀腺亢進、電解質異常、服用會引起交感神經刺激的藥物（如部分氣喘用藥）等。
2. 原發性顫抖症（essential tremor）：最常見的動作障礙，一半的病患是因為家族遺傳，發生率隨年紀而增加，較少造成顯著的功能喪失且除顫抖外無其他神經學症狀，屬於良性的顫抖症。
3. 帕金森氏症：除靜止性顫抖以外，運動相

關的核心症狀包含肢體僵硬（rigidity）、動作遲緩（bradykinesia）及姿態不穩。其他非運動的症狀包含認知退化、睡眠異常等。

- 顫抖：帕金森氏症的顫抖在活動時會改善，睡覺時通常會消失。
- 僵硬：檢查時會發現肌張力增加扳動時如同轉動齒輪一樣（cogwheel rigidity）。
- 姿態不穩：站立或走動時無法維持平衡，可能向後跌倒。
- 動作遲緩：走路變慢、細膩動作不協調、構音困難，可能在啟動動作 食困難或突然停止動作，像凍住一樣。

型態	簡介	常見原因
靜止性顫抖	肢體在完全放鬆靜止時出現顫抖	帕金森氏症嚴重的原發性顫抖症
動作性顫抖	肢體在活動時出現顫抖，包含運動性顫抖（kinetic tremor）或抵抗重力以維持姿勢時出現顫抖（postural tremor）等	原發性顫抖症 生理性顫抖 藥物性顫抖 小腦性顫抖

## 顫抖症的形態分類

依照顫抖的形態，可以分成「靜止性顫抖 (resting tremor)」與「動作性顫抖」。大部份顫抖症都屬於動作性顫抖，而帕金森氏症的顫抖形態則是靜止性顫抖。

初步區分方式可以在坐姿時將前臂放在大腿上，掌心向上，在轉移對於上臂的注意力時（如踩腳踏步）請別人觀察手部是否有顫抖，若有顫抖則屬於靜止性顫抖。

	帕金森氏症	原發性顫抖症
發病年紀	50 歲以上	雙高峰：20 歲及 60 歲
家族史	>25%	>50%
對稱性	低	高
顫抖特性	靜止性顫抖	動作性顫抖
分布	手、腳、下巴、舌頭	手、頭、聲音
其他症狀	運動遲緩、僵硬、步態異常、姿勢不穩	典型無其他神經學症狀
治療方式	藥物：抗膽鹼藥物、抗巴金森症藥物	藥物：乙型阻斷劑 (propranolol) 抗癲癇用藥 (primidone) 手術：深層腦部電刺激


### ▶ 帕金森氏症與原發性顫抖症的比較

#### 參考資料

- 莊博宇、洪家駿 (2019)。原發性顫抖症。家庭醫學與基層醫療，34(4)，113-118。
- 林敬恩、洪啟文、王慈峰、謝瀛華 (2013)。顫抖症的分類與治療。家庭醫學與基層醫療，28(5)，128-137。
- 謝美芬、顏兆熊 (2010)。帕金森氏症的症狀與診斷。家庭醫學與基層醫療，25(1)，10-14。


**1 了解抗生素的使用：**

- 感冒等大部分的上呼吸道感染是病毒所引起的，而抗生素不能殺死病毒。
- 若您有服用抗生素，請按照醫護人員指示，確實服用處方中的抗生素，即使您不舒服的症狀緩解，仍不應自行停用。



**2 抗生素常見的錯誤觀念：**


- 主動要求醫師開立抗生素。
- 將抗生素當作退燒藥使用。
- 將抗生素保存到下一次有相同症狀時使用。
- 與他人分享抗生素。



**3 當您有以下症狀時，您可能不需要使用抗生素：**


流行性感冒等病毒引起的不適症狀，如倦怠、咳嗽、喉嚨痛、流鼻涕、發燒等。

若不適症狀持續或加劇，應尋求醫師專業判斷。




**4 當您的處方藥物包含抗生素，您可以向醫師了解：**

- 我是否真的需要使用抗生素。
- 不使用抗生素，是否能讓我的症狀緩解？
- 是否可以讓我了解有那些副作用或藥物相互作用？
- 若我有哪些副作用症狀時，應如何處置？
- 您如何知道我患有哪種病菌感染？我知道抗生素對抗病菌感染是無效的。



**5 注意由困難梭狀芽孢桿菌 (C. difficile) 引起的嚴重腹瀉：**

如果您一直在服用抗生素，且在 24 小時內有 3 次以上的腹瀉狀況，要請醫師進行診察。





# 榮總人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin



國內  
郵資已付

板橋郵局許可證  
板橋字第1279號

中華民國 114 年 11 月  
November, 2025

## 498

北榮 × 鴻海

一起來為臺灣做一件大事



臺北榮總與鴻海科技集團 10 月 23 日共同簽署「智慧醫療戰略合作意向書」，結合北榮臨床與醫療數據優勢、鴻海 AI 與製造實力，以及臺灣健保制度，三強合力打造「全球智慧醫療聯盟」，從「醫療的深度」結合「科技的廣度」，讓世界看見臺灣醫療與科技的力量，攜手引領 AI 智慧醫療新未來。

### 醫師節特別報導

#### HOT 醫新聞

北榮挑戰全球罕見手術  
「肝臟自體移植合併  
體外心肺循環」成功

### 承先啟後 醫心相傳

破解僵直性脊椎炎發病謎團  
去磷酸酶 22 扮演關鍵角色

### 大師講堂

鼎泰豐董事長 楊紀華  
從小籠包到醫療  
一樣的態度、溫度與速度