不全是“抖、僵、慢” 出现这些情况 也可能是帕金森病

帕金森病，经常如同一位“不速之客”悄然来临。它有哪些症状？发病机制是啥？4月11日，是世界帕金森病日，重医附一院神经内科主任医师承欧梅提醒，抖、僵、慢，是常见的帕金森病症状。此外，要特别注意运动并发症，10年病程的帕金森病患者可能90%都有运动并发症。

什么是帕金森病

据了解，帕金森病是一种常见的中老年神经系统退行性疾病。研究显示，在我国，65岁以上的男性帕金森患病率为1.7%，女性为1.6%。

“帕金森病的发病跟年龄有很大关系，年龄越大，患病的风险就越高。”承欧梅说，在临床接诊中，虽然也有三四十岁的患者，但更多的还是年龄在65岁以上的患者。

如何识别帕金森病

承欧梅说，简单来说就是抖、僵、慢，这是帕金森病的运动症状。“抖，是帕金森病最常见的症状；僵，就是患者的面部、颈部、四肢很僵硬；慢，即动作迟缓，40岁的人看起来像六七十岁一般。”

除了这些症状，在帕金森病治疗过程中，还可能出现运动并发症，即姿势、步态的异常或运动过多、异常，比如说挤眉弄眼、手舞足蹈等。“运动并发症还表现为疗效的不稳定，时好时坏，吃了药可能与正常人无异，药效不够时又出现帕金森症状。”承欧梅表示，一般来说，患帕金森病5年后，约50%的患者可能出现运动并发症；10年病程的患者，这一比例可能会上升到90%。

专家提示，帕金森病除了表现为人们相对熟悉的“僵、慢、抖”等运动症状，还可能表现为嗅觉减退、焦虑等非运动症状，后者往往更早出现并伴随全病程，严重影响患者生活质量，但通过中医治疗可以得到有效缓解。

帕金森病核心治疗原则

由于运动并发症的发病机制十分复杂，因此，临床上是通过提供持续性多巴胺能刺激（CDS），来改善患者运动症状、降低运动并发症风险。目前，CDS已被写入国内外指南作为核心治疗原则。

“帕金森病是中脑的多巴胺神经元的变性坏死引起的，神经元变性坏死后，会导致多巴胺合成的减少，所以我们通过多巴胺能药物做替代治疗。”承欧梅解释说，多巴胺能药物受自身药物特性的影响，进入血液后很容易受到代谢影响，导致其半衰期很短。意思就是吃了药后很快见效，但很快又被代谢掉了，导致疗效有波动。因此，需要更长效、更能保持稳定的多巴胺能药物。

如何预防帕金森病

承欧梅说，帕金森病的发病机制尚不清楚。但对公众来说，可以做到以下几点：

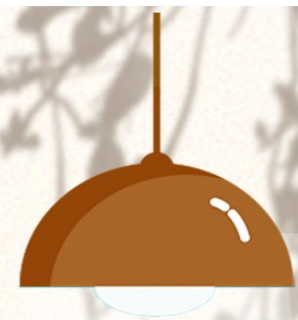
一是保持心情愉悦；

二是适度运动；

三是营养丰富、均衡饮食；

四是做好高血压、糖尿病等慢性病管理。

新重庆-重庆日报记者 李珩



缓解帕金森病 非运动症状不妨试试中医

中国中医科学院西苑医院脑病科主任医师孙林娟介绍，帕金森病是一种好发于中老年时期的神经系统退行性疾病，尚无法治愈，主要表现为运动和非运动两类症状。前者包括静止性震颤、肌强直、运动迟缓以及姿势平衡障碍，后者包括便秘、嗅觉障碍、睡眠障碍、自主神经功能障碍以及精神和认知障碍等，往往早于运动症状5至15年出现，易被患者忽视。

“中医能够根据帕金森病患者的不同证型辨证论治。”孙林娟说，中药复方拥有多种有效成分和作用靶点，在改善临床症状方面疗效较好，例如，中医认为汗证是阴阳失调、腠理不固而致汗液外泄失常的病证，针对以多汗为主要表现的帕金森病自主神经功能障碍，中医辨证为实证的以解表、清热、化湿方法治疗，辨证为虚证的则以补气为主要方法，兼以滋阴、助阳、补血方法治疗，临床效果较好。

“针对帕金森病非运动症状，中医治疗的主要原则是补益肝肾，平衡阴阳。”湖南中医药大学第二附属医院针灸推拿康复中心主任医师付磊介绍，针刺、艾灸、推拿、刮痧、耳穴压豆等外治疗法对于帕金森病导致的睡眠障碍、自主神经功能障碍、精神和认知障碍等非运动症状均有较好疗效。

付磊提示，中医讲究“治未病”，预防帕金森病，日常生活中可适当多食黑豆、核桃、山药等补肝肾、健脾胃的食物，练习太极拳、八段锦等传统功法，并注重情志养生，避免压力过大、精神紧张；出现帕金森病非运动症状时应尽早就医筛查，积极干预。

据新华社

川菜抗炎作用最强 香辛料或是“功臣”

我国菜系以其色、香、味著称，八大菜系各具特色，包括鲁菜、川菜、粤菜、闽菜、苏菜、浙菜、湘菜和徽菜。

随着人们健康意识的不断提高，开始关注饮食与健康的密切关系，尤其是饮食的促炎和抗炎特性。在八大菜系中，有的菜系饮食促炎指数相对较高，有的菜系抗炎作用最强，这可能与烹饪方式、食材选择以及调味品的使用有关。

香辛料是川菜抗炎“功臣”

2025年3月，北京世纪坛医院的研究人员在《BMC营养学》期刊上发表了一项研究，分析了我国八大菜系的营养和饮食炎症指数。研究发现，徽菜的饮食炎症指数最高，而川菜被认为是抗炎作用最强的菜系。

对饮食炎症指数分析发现，饮食炎症指数从低到高依次为：川菜、鲁菜、浙菜、粤菜、湘菜、苏菜、闽菜和徽菜。

此外，徽菜中促炎性菜品的比例最高（63.1%），川菜中促炎性菜品的比例最低（41.9%），而川菜的抗炎菜品比例最高（58.1%）。

由此可见，在“抗炎”这条赛道上，川菜取得了第一名。

川菜以其丰富的调味品和多样的香辛料使用而闻名，这为其独特的麻辣口味奠定了基础。

浙江省杭州市肿瘤医院临床营养科营养师陈佳慧介绍，中式烹调常用的香辛料如葱姜蒜、肉桂、八角、黑胡椒等具有很强的抗氧化、抗炎作用，其他的香辛料如姜黄、迷迭香等西餐烹饪使用较多。

哪些是优秀的抗炎食物

浙江省宁波市第一医院内分泌科主任励丽和营养科营养师刘佳宁介绍了10种抗炎食物。

1.十字花科蔬菜

青花菜、甘蓝小包菜、羽衣甘蓝和花椰菜都含抗氧化剂，可以使机体免受有害化合物的损伤。

2.海带

这种含高纤维的褐色藻类可以帮助对抗炎症，而且有抗肿瘤和抗氧化的功效。海带、裙带菜和海藻都是很好的食物。

3.蓝莓

蓝莓不但可以减少炎症，而且可以防止大脑老化，预防癌症以及老年痴呆。

4.姜

姜对健康有很多益处，其中就有对抗炎症和控制血糖的作用。喝姜茶对任何一种饮食都是很好的补充品。

5.姜黄

这种香料中含有一种天然的抗炎化合物——姜黄素，咖喱中也有这种成分。

6.大蒜

尽管在研究中的表现不稳定，但大蒜的确可以帮助对抗炎症、调节血糖和控制感染。

7.绿茶

这种茶类含有抗炎的类黄酮成分，甚至还可以减少患某些癌症的风险。

8.红薯

含有丰富的复合碳水化合物、纤维、β-胡萝卜素、锰和维生素B6、维生素C。红薯可以帮助体内的炎症康复。

9.橄榄油

作为地中海地区的长寿秘诀，这种食用油提供了健康的脂肪量，可以对抗炎症、降低患哮喘和关节炎的风险，还可以保护心脑血管。

10.三文鱼

三文鱼中含有抗炎成分欧米伽-3脂肪酸，对预防多种疾病都有帮助。可以每周吃两次鱼类。如果你不喜欢吃鱼，可以尝试高质量的鱼类相关食品。

抗炎饮食这样吃

1.晚饭尽量早点吃

2024年，北京协和医学院等研究人员发表的一项研究显示，每天下午5点以后不吃饭，免疫系统更年轻，肠道菌群的组成更年轻。还具有代谢益处，发挥抗炎和抗衰老作用，上调了抗炎和抗衰老血清代谢物的水平。

2.多用烩炒蒸煮

浙江大学医学院附属邵逸夫医院临床营养科徐莉介绍，少用高温煎炸、高糖高盐的调味，注意选用天然富含多酚、黄酮的调料，增加食物风味。

高温煎、炸、明火烤都属于促炎烹调方式；烩、炒、蒸、煮则属于抗炎烹调方式。

3.少吃红肉和加工肉

红肉包括常吃的猪牛羊肉，摄入过多的红肉会促进身体炎症反应的发生，还会增加患2型糖尿病、结直肠癌以及肥胖的风险。

肉类食品在加工生产过程中会产生包括N-亚硝基化合物、多环芳烃类和杂环胺类在内的大量有害物质，过量食用会提高人体的氧化应激水平，产生炎症反应，比如烟熏肉、烤肉、火腿、香肠、培根等。据健康时报

中国体育彩票排列3第25090期开奖公告

本期开奖号码：9 9 3

中国体育彩票排列5第25090期开奖公告

本期开奖号码：9 9 3 4 8

重庆市体育彩票管理中心
2025年4月10日

刊登 13018333716 15023163856
热线 023-65909440
微信同号

♦遇失徐建成残疾证:510211196509020313X21声明作废
♦重庆蓉蓉医院有限公司遇失公章5003810079564,财务专用章5003810079565,代勤琴法人名章5003810079566声明作废
♦遇失两江新区饺饺者餐饮店烟草专卖零售许可证正本500109121528声明作废
♦遇失重庆美柏酒店有限公司财务专用章编号500105724058 3声明作废
♦遇失重庆大学数学与统计学院任庆刚的工作证声明作废
♦遇失渝中区焰伺和牛寿喜锅餐饮店(食品经营许可证)正副本,编号:JY25001031080990,作废声明
♦重庆拒外资产经营管理有限公司6-1-3办经营户陈小梁遗失保证金收据一张,收据号1821379金额6840元,票收据作废
♦遇失重庆市忠县青年志愿者协会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500233MJP597888I作废
♦遇失租兵发票专用章编号500102308183O税号92500102MA60C0GM59声明作废

重庆沃尔斯建筑劳务有限公司:本委受理刘清伦与你单位劳动争议一案(渝北劳人仲案字(2025)第1824号)。因无法直接或邮寄送达,根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定,现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书,仲裁通知书等仲裁文书,上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2025年5月19日上午9时在重庆市渝北区桂圆大道10号劳动人事争议仲裁院仲裁一庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的,本委将作缺席审理,并以此做出缺席裁决。

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告 2025年4月11日

遇失重庆市江津区慕云商会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116080157747XQ作废。
遇失重庆市江津区几江商会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116056461201J作废。
遇失重庆市江津区都咏协会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116MJP566594F作废。

重庆市长寿区烟草专卖局公告
长烟公(2025)第36号
2025年4月9日,我局在重庆市长寿区云台镇云台路41号临时摊位查获自制无牌号卷烟1个品种15.0条,并依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市长寿区烟草专卖局专卖稽查二大队106室(地址:重庆市长寿区蓉提街道杏林路266号)联系人:邱静云(执法证号:220015520044),施威(执法证号:220015520206),联系电话:023-40406015)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
重庆市长寿区烟草专卖局 2025年4月11日

遇失渝中区焰伺和牛寿喜锅餐饮店(食品经营许可证)正副本,编号:JY25001031080990,作废声明

重庆拒外资产经营管理有限公司6-1-3办经营户陈小梁遗失保证金收据一张,收据号1821379金额6840元,票收据作废

♦遇失重庆市忠县青年志愿者协会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500233MJP597888I作废
♦遇失租兵发票专用章编号500102308183O税号92500102MA60C0GM59声明作废

重庆市江津区慕云商会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116080157747XQ作废。遇失重庆市江津区几江商会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116056461201J作废。遇失重庆市江津区都咏协会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116MJP566594F作废。

重庆市江津区慕云商会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116080157747XQ作废。遇失重庆市江津区几江商会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116056461201J作废。遇失重庆市江津区都咏协会社会团体法人登记证书正副本统一社会信用代码51500116MJP566594F作废。

重庆市江津区规划和自然资源局关于江津区龙华镇E11-2、E11-3地块详细规划编制方案公示的公告
日前,我局已组织编制完成《江津区龙华镇E11-2、E11-3地块详细规划方案》,该方案已通过相关程序审查。为了进一步增强规划方案的科学性和可行性,根据《中华人民共和国城乡规划法》的有关规定,重庆市江津区规划和自然资源局将通过重庆市江津区规划和自然资源局网站、江津区规划自然资源局公示栏、修改地块现场、重庆市江津区龙华镇人民政府公示栏对《江津区龙华镇E11-2、E11-3地块详细规划方案》进行公示,广泛征求公众意见。公示期限为30天(2025年4月13日至2025年5月12日)。任何单位和个人均可在公示期内登http://ghzrzyjxq.gov.cn/zz/jsy/网站查询相关规划内容,并以文字、图件、电子邮件等形式反馈意见或建议。为便于更好地沟通和完善规划,请在提出意见或建议时,署上真实姓名和联系电话,若以单位名义反映情况的,应加盖单位公章。
联系单位:重庆市江津区规划和自然资源局
联系地址:江津区凯山街道元帅大道36号
邮政编码:402260 邮箱:xiongkeyy@qq.com
联 系 人:熊先生 联系电话:023-47636279

重庆市江津区规划和自然资源局 2025年4月10日

重庆市大渡口区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆万人喜喜装饰工程有限公司:本委受理陈光毅与你单位计时计件工资、一倍工资差额、违法解除劳动关系纠纷金争议一案,案号为渡区劳人仲案字(2025)第114号。因直接送达及邮寄送达未果,根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定,现依法向你单位公告送达仲裁申请书副本、出庭通知书等仲裁文书,上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2025年5月28日下午14时30分在大渡口区人力资源和社会保障局(阳光花园二期)306室仲裁庭开庭审理,请准时出庭。无正当理由不到庭的,本委将作缺席审理,并以此做出缺席裁决。
重庆大渡口区劳动人事争议仲裁委员会 2025年4月11日

重庆市武隆区劳动人事争议仲裁委员会公告
渝武劳人仲案字(2025)第84号
长沙蚊旭机械设备有限公司:本委受理的黄辉华与你单位工伤保险待遇争议一案,因法律文书通过其他方式无法送达你单位,根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定,现依法向你公告送达仲裁申请书副本及仲裁通知书,开庭通知书等仲裁文书,上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2025年5月12日上午9时30分在重庆市武隆区人力社保局204仲裁庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的,本委将作缺席审理,并以此做出缺席裁决。
重庆市武隆区劳动人事争议仲裁委员会 2025年4月11日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆巡光文化传媒有限公司:本委受理的廖吵、饶智伟与你单位劳动争议一案,现已审理终结。因无法直接或邮寄送达,根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定向你单位公告送达渝北劳人仲案字(2024)第4657号、(2025)第144号仲裁裁决书。自公告之日起三十日内到本委领取仲裁裁决书(地址重庆市渝北区桂圆大道10号仲裁院208室),逾期视为送达。本裁决为终局裁决。用人单位有证据证明本裁决有《中华人民共和国劳动争议调解仲裁法》第四十九条第一款规定的情形之一的,可自本裁决送达之日起三十日内向重庆市第一中级人民法院申请撤销裁决。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2025年4月11日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆园知园林食品供应链科技有限公司:本委受理的谢平容、卢仕甫与你单位劳动争议一案,现已审理终结。因无法直接或邮寄送达,根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定向你单位公告送达渝北劳人仲案字(2025)第145、146号仲裁裁决书。自公告之日起三十日内到本委领取仲裁裁决书(地址:重庆市渝北区桂圆大道10号仲裁院208室),逾期视为送达。本裁决为终局裁决。用人单位有证据证明本裁决有《中华人民共和国劳动争议调解仲裁法》第四十九条第一款规定的情形之一的,可自本裁决送达之日起三十日内向重庆市第一中级人民法院申请撤销裁决。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2025年4月11日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆好莱客建筑装饰工程有限公司:本委受理毕密与你单位劳动争议一案(渝北劳人仲案字(2025)第1825号)。因无法直接或邮寄送达,根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定,现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书,上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2025年5月19日上午10时30分在重庆市渝北区桂圆大道10号劳动人事争议仲裁院仲裁一庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的,本委将作缺席审理,并以此做出缺席裁决。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2025年4月11日

重庆市长寿区烟草专卖局公告
长烟公(2025)第37号
2025年4月9日,我局在重庆市长寿区云台镇云台路41号临时摊位查获自制无牌号卷烟1个品种15.0条,并依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市长寿区烟草专卖局专卖稽查二大队106室(地址:重庆市长寿区蓉提街道杏林路266号)联系人:邱静云(执法证号:220015520044),施威(执法证号:220015520206),联系电话:023-40406015)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
重庆市长寿区烟草专卖局 2025年4月11日

重庆市长寿区烟草专卖局公告
长烟公(2025)第34号
2025年4月9日,我局在重庆市长寿区云台镇云台路41号临时摊位查获自制无牌号卷烟1个品种8条,并依法予以先行登记保存。请物主于本公告发布之日起60日内到重庆市长寿区烟草专卖局专卖稽查一大队108室(地址:重庆市长寿区蓉提街道杏林路266号)联系人:黄晓东(执法证号:220015520021),刘书蒙(执法证号:220015520022),联系电话:023-40400693)接受调查处理。若逾期不来接受处理,我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条及有关法律法规的规定,依法对涉案烟草专卖品作出处理。特此公告。
重庆市长寿区烟草专卖局 2025年4月11日

重庆市忠县烟草专卖局送达公告
忠烟罚送公(2025)第9号 **无主**(2026年1月21日,本局联合忠县公安在重庆市忠县忠州街道政通路88号"中通快递"点查获涉嫌无烟草专卖品准运证运输烟草专卖品一案。本局依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第十七条的规定,于2025年4月10日作出依法处罚决定,本案暂存忠县柳东山伤亭卷烟:中华(硬)15条的决定,因受送达人下落不明,且邮寄无法送达,故我局无法直接送达,邮寄送达上述文书。根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第十七五条第一款第四项的规定,现将《重庆市忠县烟草专卖局行政处理决定书》(忠烟处理[2025]第9号)予以公告送达。自本公告发布之日起经过三十日,即视为送达。如不服本处理决定,可以自收到本决定书之日起60日内向重庆市烟草专卖局申请行政复议,也可以在6个月内直接向忠县人民法院起诉行政诉讼。 **重庆市忠县烟草专卖局 2025年4月11日**

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告
重庆真永智能设备有限责任公司:本委受理沈秋容与你单位劳动争议一案(渝北劳人仲案字(2025)第1642号)。因无法直接或邮寄送达,根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定,现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书、仲裁通知书等仲裁文书,上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2025年5月26日上午9时在重庆市渝北区桂圆大道10号劳动人事争议仲裁院仲裁一庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的,本委将作缺席审理,并以此做出缺席裁决。
重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2025年4月11日

债权转让通知书
债务人:徐玉辉女士,身份证号码510224199880120****,云南法丰恒矿业有限公司。
债务人与原债权人袁建平(身份证号码512226197501177****)于2021年10月19日签订《借款协议》,由袁建平出借30万元人民币给二位债务人。根据《中华人民共和国民法典》的规定,以及原债权人袁建平与债权受让人孙世建(身份证号511203197206210277)于2025年3月8日签订的《债权转让协议》,现袁建平将对徐玉辉、云南达丰恒矿业有限公司的30万债权转让给孙世建,与转让债权相关的其他从权利也一并转让。请二位债务人在收到本登报通知书后,向新债权人孙世建履行全部义务。特此通知!
原债权人:袁建平 债权受让人:孙世建 2025年4月8日

认尸公告
2025年3月30日在渝中区车渡码头长江水域发现一具男尸,约30岁,身高约1.67米,穿黑色棉服、蓝色内裤、黑色休闲鞋,请知情人与长江航运公安局重庆分局联系:63770249。

认尸公告
2025年3月31日在南岸区广阳岛长江水域发现一具男尸,约30岁,身高约1.68米,穿黑色棉服、黑色长裤、浅色袜子,请知情人与长江航运公安局重庆分局联系:63770249。