

锥体外系反应“暗潮”与破局之道

文 / 首都医科大学附属北京安定医院 王楠

抗精神病药在精神疾病的治疗中发挥着重要作用，能有效缓解幻觉、妄想等症状。然而，部分患者在治疗过程中可能出现不自主的歪头、翻白眼、四肢细微抖动或静坐不能等表现，这类症状统称为锥体外系反应。锥体外系是人体运动系统的重要组成部分，负责调节肌张力、协调各肌群的活动及保持身体平衡。当抗精神病药影响该系统的正常运作时，就可能引发一系列异常的运动反应。了解这些反应及其应对方法，可以让患者更安心地接受治疗，从而提高用药依从性，促进疾病康复。

一、锥体外系反应的成因

抗精神病药引发的锥体外系反应，主要与其对多巴胺受体的阻滞作用有关。多巴胺是一种重要的神经递质，在锥体外系中参与运动功能的调节。抗精神病药物（尤其是第一代药物）通过竞争性阻断多巴胺D₂受体，抑制多巴胺信号传导，从而缓解精神症状。然而，这些药物也阻断了多巴胺的正常传递，导致锥体外系中的黑质纹状体通路的正常功能受到影响，各种异常的运动反应随之出现。

一般来说，药物对多巴胺受体的阻滞作用越强，引起锥体外系反应的风险就越高，症状也越严重。

二、锥体外系反应的类型及应对措施

1. 急性肌张力障碍

急性肌张力障碍是锥体外系反应中起病较急的一种类型，多在用药后数小时至数天内发生。患者主要表现为局部肌群突然出现持续性的强直性收缩，导致身体出现各种不自主的异常姿势，如眼外肌危象（眼球上翻、斜颈）、口下颌痉挛（牙关紧闭、张口困难）、舌前伸、角弓反张、躯干扭转等。

患者一旦发生急性肌张力障碍，应立即就医。医生通常会肌内注射东莨菪碱等抗胆碱能药物，以缓解肌肉痉挛（症状多在数分钟至数十分钟内显著改善）。待症状缓解后，医生会根据病情调整抗精神病药物的剂量，或换用对多巴胺受体阻滞作用较弱的药物，以预防复发。

2. 震颤

抗精神病药引起的震颤通常在用药后数周内出现，表现为四肢尤其是手部细微、有节律的抖动，类似帕金森病的震颤。这种震颤在静止时表现得更为明显，当患者进行自主运动时，震颤会有所减轻，而情绪紧张、激动时则会加重。除手部外，头部、下颌等部位也可能出现震颤，严重时会影响写字、持物、进食等日常活动。

若震颤轻微、不影响生活，患者可在医生监测下继



续用药,并注意保持情绪稳定,避免过度紧张和疲劳。若症状明显且影响到患者的生活质量,医生可能会适当减少抗精神病药剂量,或加用抗帕金森病药(如苯海索),以缓解症状。

3. 静坐不能

静坐不能多发生于用药后1至2周内,患者会出现难以忍受的坐立不安感,常不停踱步、反复变换姿势,并且无法安静地坐着或躺着。他们主观上有强烈的活动冲动,只有不断运动才能暂时缓解不适,并常感到内心烦躁、焦虑。这一症状易被误认为原有精神症状加重,需注意鉴别。

应对静坐不能,可首先考虑减少抗精神病药的剂量,若症状缓解且疗效不受影响,可维持这种剂量。症状严重者,可加用 β 受体阻滞剂(如普萘洛尔)以减轻不安和焦虑。此外,也可短期使用苯二氮草类药物以缓解症状,但不宜长期使用,以免产生依赖。若上述方法效果不佳,可换用锥体外系反应风险较低的药物。

4. 迟发性运动障碍

迟发性运动障碍是一种特殊类型的锥体外系反

应,多见于长期服用抗精神病药(通常超过3个月)的患者。其主要表现为口、舌、颊等部位不自主、有节律的刻板运动,如咂嘴、伸舌、咀嚼、舔唇等,有时还会出现下颌的不自主运动。随着病情的进展,四肢或躯干也可能出现不自主运动,如手指快速弹动、脚趾屈伸、耸肩、躯干扭动等。迟发性运动障碍早期症状较轻,易被忽视,但一旦进展,治疗难度较大,部分患者的症状可能长期存在。

由于迟发性运动障碍的治疗较为困难,预防显得尤为重要。应尽量避免长期大剂量使用传统抗精神病药,老年患者和有脑器质性病变的患者需格外谨慎。若患者出现早期症状,应及时告知医生,医生会根据患者的具体情况,考虑逐渐减少或停用正在使用的抗精神病药,换用对锥体外系影响较小的非典型抗精神病药(如氯氮平、奥氮平、喹硫平等)。在医生指导下,还可辅助使用苯二氮草类药物、维生素E、维生素B₆或银杏叶提取物滴剂等,以缓解症状。此外,新型药物氟丁苯那嗪片对迟发性运动障碍有治疗作用;但需注意,其治疗效果的个体差异较大,部分患者的症状可能难以完全缓解。

三、锥体外系反应的预防与注意事项

为了减少锥体外系反应的发生,使用抗精神病药时应严格遵循医嘱,从小剂量开始,逐渐增至有效治疗剂量。医生会根据患者的年龄、身体状况和病情严重程度等因素选择适宜的药物。对于高风险患者,可优先选用非典型抗精神病药。

用药期间,患者需密切关注身体变化。一旦出现肌肉痉挛、震颤、坐立不安或不自主运动等疑似锥体外系反应的症状,应及时告知医生,切勿自行调整剂量或停药,以免影响疗效或加重症状。此外,保持良好的生活习惯也很重要,包括合理饮食、规律作息、适当运动及保持情绪稳定,有助于减少和缓解锥体外系反应。

总之,锥体外系反应虽是抗精神病药的常见不良反应,但通过合理用药、及时识别和处理,多数症状可以得到有效控制。患者及家属不必过度担忧,但仍需保持警惕,积极配合治疗,在保障精神疾病治疗效果的同时,尽量减轻不良反应的影响。