

Zeitschrift: Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2008)

Heft: 89: Die Gefühlswelt mit Parkinson = Le monde affectif des Parkinsoniens = L'universo emotivo dei malati di Parkinson

Rubrik: Aktuell

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 13.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Benefizkonzert zum Welt-Parkinsonstag



Am 10. April, Vorabend des Welt-Parkinsontags, lädt die Compagnia Rossini zu einem Benefizkonzert zugunsten von Parkinson Schweiz in die Kirche St. Peter in Zürich. Als Neuauflage des erfolgreichen Konzerts von 2007 bietet der Bündner Solistenchor bekannte Melodien aus Opern von Mozart, Verdi, Beethoven und Rossini sowie Tanzlieder und beliebte «Canzoni» der grossen italienischen Meister. Das Konzert kommt durch die Unterstützung von Lundbeck (Schweiz) zustande. Es soll Verbundenheit mit

den Betroffenen und ihren Angehörigen zeigen und Kraftquelle für den Alltag sein. Der Erlös geht an Parkinson Schweiz. Tickets zu CHF 20.– unter Tel. 041 727 76 79 oder admin@bgup.ch

Das kleine Interview: Wie gehts?

Guten Tag, Herr Eyer, wie gehts?

Danke, gut. Ich will gerade nach Hause und meine Frau abholen. Sie muss zum Arzt.

Gehen Sie mit ihr zum Neurologen?

Ja, ich gehe immer mit. Aus Unterstützung für sie, aber auch, weil es mir als Partner Sicherheit bringt. Manches lässt sich so besser mit dem Arzt besprechen.

Ihre Frau Ruth weiss seit drei Jahren, dass sie Parkinson hat. Es muss ein schwerer Moment gewesen sein, das mit 49 Jahren zu erfahren.

Sie hat es erstaunlich gut akzeptiert. Sie fühlte im Innersten ja schon einige Zeit vorher, dass mit ihr etwas nicht stimmte. Sie hat ein Bergrestaurant geführt und bemerkte eines Tages, dass sie beim Zwiebeln schneiden oder Saucen rühren, aber auch im Alltagsleben beim Zähneputzen oder Duschen Mühe hatte. Sie war auch nicht mehr so belastbar wie früher, als sie immer 150-prozentig im Einsatz stand. Man hat lange nach allen Richtungen die Ursache gesucht. Die Diagnose brachte dann endlich Klarheit.

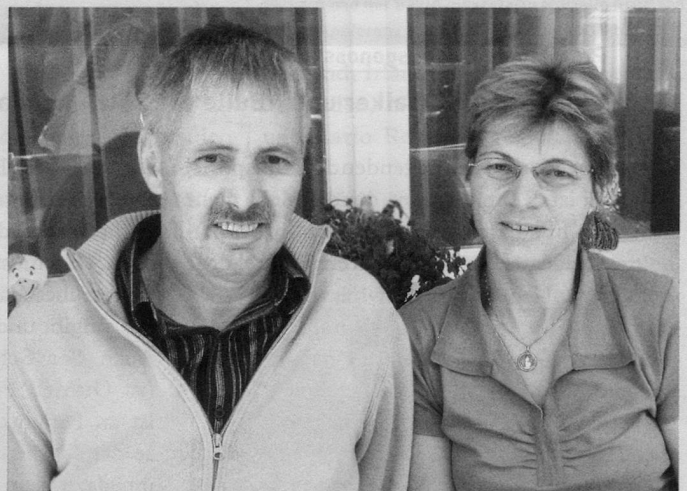
Wie haben Sie reagiert?

Ich hatte am Anfang etwas Mühe damit, dass alles viel langsamer ging. Das machte mich nervös. Aber ich bin einer, der immer nach vorne schaut und das Beste draus macht. Ich konnte mich bald umstellen. Heute habe auch ich mein Leben der neuen Situation gut angepasst. Wir können ja noch so vieles unternehmen, fast wie früher, nur langsamer und anders organisiert. Doch ich brauche schon etwas mehr Kraft als früher.

Und die Kinder?

Die haben zunächst nicht verstanden, dass ihre Mama selbstverständliche Dinge nicht mehr oder viel langsamer machen kann.

Heute mit Peter Eyer, 53, Unterbäch (VS)



Wir haben viel mit ihnen geredet. Heute wissen sie Bescheid, sie haben es recht gut akzeptiert. Auch die Leute im Dorf wissen inzwischen, dass meine Frau Parkinson hat.

Für Sie als Paar – was hat die Krankheit verändert?

Sie hat uns näher gebracht. Wir unternehmen viel mehr zusammen als früher. Ich habe immer ein Auge auf sie und sehe sofort, wie es ihr geht. Ich habe auch eine innere Uhr, die sich zum Beispiel zur Tabletteneinnahme meldet. Das kam automatisch. Ich bin froh darüber. Das gibt uns beiden Vertrauen und Sicherheit.

Was raten Sie Partnern von Parkinsonkranken?

Möglichst nach vorne zu schauen. So kann man die Situation akzeptieren, wie sie ist. Und jeden Tag so annehmen, wie er ist. Wie meine Frau sagt: Schau nach vorne und nicht zurück, so motivierst du dich ein grosses Stück!

Interview: Johannes Kornacher

Neue Publikationen von Parkinson Schweiz

Broschüre für Angehörige

Ratgeber: Mein Partner hat Parkinson

Parkinson Schweiz hat eine neue Broschüre für Angehörige und Lebenspartner von Parkinson-kranken herausgegeben. «Mein Partner hat Parkinson» wurde von betroffenen Angehörigen aus der Romandie für Betroffene verfasst und erschien 2006 auf Französisch. Sie wird nun auch auf Italienisch hergestellt und im Frühjahr fertig sein. Auszug aus dem Umschlagdeckel: «Das Leben mit dem kranken Partner kann weiterhin erfüllt und wertvoll sein. Doch auch wenn noch vieles ist wie früher: Alltag, Ziele und Perspektiven haben sich verändert. Als Partner eines Parkinsonkranken haben Sie eine neue Aufgabe. Und Sie müssen Ihr eigenes Leben neu überdenken. Dieser Ratgeber will dazu beitragen, dass Sie Ihre neue Situation möglichst gut gestalten.» Die Broschüre ist gratis auf der Geschäftsstelle und an Informationsveranstaltungen erhältlich.



Werbeflyer für SHG

Die Selbsthilfegruppe als Weg

Für Selbsthilfegruppen gibt es seit Ende 2007 einen neuen Werbeflyer. Er kann auf der Geschäftsstelle gratis bestellt werden. Er stellt die verschiedenen Gruppenarten vor und erläutert deren Sinn und Angebote. Dieser Flyer wird zurzeit auch auf Französisch und Italienisch produziert und soll zum Welt-Parkinsontag am 11. April fertig sein.



Flyer für Ärzte

Wir sind für Ihre Patienten da!

Mit diesem Slogan wirbt Parkinson Schweiz bei Deutschschweizer Ärzten für ihre Dienstleistungen. Damit soll der Dialog mit der Ärzteschaft verbessert werden mit dem Ziel, dass jeder Arzt die Vereinigung kennt und sie seinen Patienten empfiehlt. Der A5-formatige Flyer wurde im Februar in einer Auflage von ca. 3500 Stück verschickt.

Prominente Leidensgenossen

Wunderläufer Walker und «Bulle von Tölz» haben Parkinson

Ergehört zu den Legenden des Laufsports. Er ist der erste Athlet, der die Meile mehr als hundert Mal unter vier Minuten zurücklegte. Er hielt mehrere Weltrekorde



und galt als bescheidener, sympathischer Sportler. John Walker aus Neuseeland krönte seine Laufbahn als Mittelstreckler 1976 in Montreal mit dem Olympiasieg über 1500 Meter. Zwanzig Jahre später wurde bei ihm Parkinson diagnostiziert. Der Vater von vier Kindern züchtete als aktiver Sportler Pferde und Schafe, heute führt er mit seiner Frau Helen in der Nähe von Auckland ein Geschäft für Reitzubehör. «Für meine Gesundheit würde ich alle Rekorde und Medaillen hergeben»,

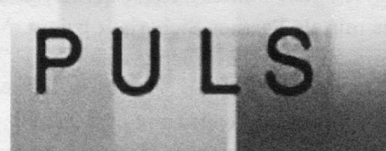
sagte er kürzlich in einem Interview. Doch er ist immer noch der alte Kämpfer und versucht, das Beste aus allem zu machen. «Du musst versuchen, dein Gehirn weiterzubeschäftigen. Ich bin nicht einer, der aufgibt und Trübsal bläst.»

Auch der Schauspieler und Kabarettist Ottfried Fischer («Bulle von Tölz») ist an Parkinson erkrankt. Das Interesse der Medien an seiner Person zwingt ihn dazu, seine Krankheit öffentlich zu machen, teilte er mit. Er habe aber nicht vor, sich weiter öffentlich zu dem Thema zu äussern. Fischer versprach, als Künstler weiterhin seiner Arbeit treu zu bleiben. Zurzeit arbeite er an einem Kabarettprogramm, der Premierentermin stehe bereits.



Mit eindrücklichen Livebildern

Parkinson im Schweizer Fernsehen



Die Luzerner Parkinsonbetroffene Vreni Schmocker trat im Dezember in der Sendung Puls in SF1 auf. In «Parkinson – Krankheit mit vielen Gesichtern» schilderte sie ihren Werdegang mit Parkinson. Neben ihr sass der Basler Neurologe Peter Fuhr und beantwortete medizinische Fragen zu Parkinson. Im Filmbeitrag zum Thema wurde erstmals eine Operation an einem Schweizer Parkinsonpatienten im Fernsehen gezeigt. Der Basler Hirnchirurg Ethan Taub demonstrierte, wie er durch die Implantierung einer Elektrode das Zittern seines Patienten ausschaltete. Die Sendung hatte eine hohe Zuschauerquote und wurde vom Publikum gut bewertet.

Der Link im Internet:

<http://www.sf.tv/sf1/puls/index.php?docid=20071210>

Initiative für internationale Zusammenarbeit

Präsident Kurt Meier will den internationalen Erfahrungsaustausch der Parkinsonvereinigungen verbessern. Hier berichtet er über eine Initiative von Parkinson Schweiz.

Nicht nur Menschen, auch Organisationen können voneinander durch Austausch von Informationen lernen. Diese Binsenweisheit findet sich auch in unseren Statuten: «Parkinson Schweiz pflegt den Erfahrungsaustausch mit ausländischen Parkinsonvereinigungen», heisst es da. Auch der Europäische Verband der Parkinsonvereinigungen (EPDA), dem auch Parkinson Schweiz seit Langem als Mitglied angehört, hat unter anderem das Ziel, den Erfahrungsaustausch und die Projektarbeit zwischen seinen Mitgliedern zu fördern. Dennoch stellten wir fest, dass bisher innerhalb Europas der länderübergreifende Austausch von Wissen, Kompetenzen, Erfahrungen und Problemlösungen nicht substanziell gepflegt wurde. Um die Möglichkeiten und Grenzen einer europäischen Zusammenarbeit zu erforschen, gab der Vorstand Ende 2006 grünes Licht für ein neues Projekt. Zusammen mit dem *Center for Social Enterprise* der Universität St. Gallen und mit Unterstützung des Forschungsausschusses von Parkinson Schweiz sind wir der Frage nachgegangen, ob und wie der

Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen uns und anderen europäischen Vereinigungen nutzbringend aktiviert werden kann.

In diesem Projekt, das von Beginn an mit der EPDA koordiniert war, luden wir neun von total 33 Mitgliederorganisationen zur Teilnahme an unserer Studie ein. Alle sagten zu unserer Freude zu:

▲ Kurt Meier (rechts) mit EPDA-Präsident Stephen Pickard und der EPDA-Sekretärin Mariella Graziano an der Konferenz in Stresa vergangenen Oktober.

England, Irland, Österreich, Dänemark, Schweden, Norwegen, Spanien, Italien und Lazio Roma als regionale Organisation.

Kernstück der Studie bildete eine umfangreiche, internetgestützte Umfrage. Sie gab Auskunft über Kennzahlen, Hauptaktivitäten, Entwicklungstendenzen, Innovationen, grösste Herausforderungen und Erwartungen der Projektteilnehmer an einen systematischen Informationsaustausch.

Auf der Basis dieser Umfrageergebnisse führten wir im vergangenen Oktober am Rande der EPDA-Konferenz in Stresa mit den Vertretern aller neuen Länderorganisationen einen Workshop durch, in dem wir den Austausch durch Gespräche und Kurzpräsentationen erstmals praktisch übten.

Inzwischen liegt der Schlussbericht unserer Studie vor. Weil das Echo der teilnehmenden Organisationen sehr positiv war, machten wir dem Vorstand der EPDA konkrete Vorschläge, wie die Fortsetzungsarbeiten zu gestalten sind, um den länderübergreifenden Erfahrungsaustausch zu fördern. Bei Redaktionsschluss stand die Antwort der EPDA noch aus. Parkinson Schweiz bleibt dran an diesem Thema!



Foto: privat

JAHRESTHEMA

Angehörige sind Jahresthema 2008

Der Vorstand von Parkinson Schweiz hat entschieden, das Jahresthema 2008 den Angehörigen von Parkinsonerkrankten zu widmen. Das Jahresthema soll den Fokus der Information und des Austauschs in diesem Jahr auf die Situation von Angehörigen richten, auf ihre Rolle und ihr Selbstverständnis im Leben mit einem erkrankten Partner. «Wir wollen mit einem Motto immer einem wichtigen, repräsentativen Thema besonderen Raum geben», sagt Parkinson-Schweiz-Präsident Kurt Meier. Es wird in Informationsveranstaltungen, Seminaren, im Magazin **Parkinson** oder in den Selbsthilfegruppen behandelt. Es soll aber nicht überdimensioniert werden oder gar der Eindruck entstehen, man nehme deshalb die Patienten weniger ernst. «Es ist ja genau so, dass wir sie besonders ernst nehmen», sagt Kurt Meier. «Schliesslich ist für das Wohlbefinden eines Kranken mitentscheidend, ob es seinem Partner und den Familienangehörigen auch wohl ist. Wir setzen uns für die Lebensqualität beider Seiten ein.»

Parkinson Schweiz – Agenda 2008

Zum Welt-Parkinsonstag 11. April:

Benefizkonzert mit La Compagnia Rossini

10. April 2008, 19.00 Uhr, Kirche St. Peter, 8001 Zürich

Eintritt: CHF 20.–. Tickets: Tel. 041 727 76 79

Parkinson-Informationstagungen 2008

24. Mai 2008	Klinik Bethesda, Tschugg
19. Juni 2008	Klinik Valens
10. Oktober 2008	Humaine Klinik Zihlschlacht
23. Oktober 2008	Universitätsklinik Basel
24. Oktober 2008	Kantonsspital Luzern

17. Parkinson-Informationstagung, Klinik Bethesda, Tschugg

Samstag, 24. Mai 2008

Angehörige: Ich habe nicht Parkinson – betroffen bin ich trotzdem

12.00	Ankunft, Mittagessen, offeriert von der Klinik Bethesda
13.30	Begrüssung: Dr. med. Fabio Baronti, Chefarzt, Klinik Bethesda und Kurt Meier, Präsident, Parkinson Schweiz
13.45	Künstlerisches Intermezzo
14.15	Referat: Prof. Dr. Johann Heinrich Ellgring, Institut für Psychologie, Universität Würzburg
16.05	Diskussions- und Fragerunde
17.00	Rückfahrt mit Bussen zum Bahnhof Ins

Anmeldung bis spätestens 8. Mai 2008
Sekretariat Dr. med. Fabio Baronti, Klinik Bethesda,
Tel. 032 338 41 20, chefsekr@klinik-bethesda.ch

Seminar für Angehörige 2008

Mittwoch, 23. April 2008 in Wil oder 24. September 2008 in Basel

Wenn die geistige Leistung abnimmt

Angehörige von Parkinsonkranken begleiten die Betroffenen auf einem Weg, der kaum berechenbar ist. Das Unvorhersagbare löst viele Ängste aus: Veränderungen sind spür- und sichtbar.

Themen: Wie kann man der bedrückenden Angst begegnen, ohne in Panik zu geraten? Wie lässt sich vermeiden, gegenüber dem Partner kontrollierend zu werden? Wie kann man mit dieser Angst umgehen, damit sie nicht beherrschend wird? Wie können Angehörige im Umgang mit Betroffenen und der Krankheit gelassener werden?

Leitung: Rosmarie Wipf, Theologin + Psychotherapeutin FPI, Aarau
Zeit: 13.30 – 17 Uhr, Kosten: CHF 35.–

Anmeldung bis spätestens 9. April 08 bzw. 10. September 08, Susi Obrist, Parkinson Schweiz, Postfach 123, 8132 Egg, Tel. 043 277 20 77, susi.obrist@parkinson.ch

Ferien für Betroffene

20. – 27. Juni 2008 Parkinsonferien in Wildhaus SG

«Dem Leben Raum geben»

Parkinson Schweiz bietet mit der HUMAINE Klinik Zihlschlacht Parkinsonferien für Parkinsonbetroffene und deren Angehörige an. Das betreute Ferienprogramm findet in wunderschöner Umgebung im Bildungszentrum Sunnehus, Wildhaus (Toggenburg) statt. Unter dem Motto «Dem Leben Raum geben» steht das Ferienangebot für «leicht-betroffene Parkinsonpatienten» (Fussgänger) und deren Angehörige offen. Wir führen Sie auf eine kreative Entdeckungsreise zu Ihren inneren Ressourcen und an idyllische Naturplätze, wo Sie Kraft für den Alltag schöpfen können. Parkinson Schweiz übernimmt pro Feriengast einen Anteil von CHF 800.–.

Datum: Freitag, 20. Juni bis Freitag, 27. Juni 2008

Ort: Bildungszentrum Sunnehus, Wildhaus, Toggenburg

Katharina Scharfenberger, Tel. 043 277 20 77

Seminare für Betroffene

23. April	Angehörigenseminar, Wil, (halber Tag)
24. September	Angehörigenseminar, Basel (halber Tag)
21. Juni	Paarseminar in Bern
5. November	Paarseminar in Luzern

«Umsetzung von kinästhetischen Prinzipien im Alltag»:

20. und 21. Juni	Einführungskurs in Valens
29. und 30. August	Vertiefungskurs in Valens

Lokalwechsel bei MV in Bellinzona

Die Mitgliederversammlung 2008 in Bellinzona am 14./15. Juni findet gegenüber der letzten Ankündigung in der Hotelfach- und Tourismusschule (Scuola superiore alberghiera e del turismo) statt. Dadurch müssen die Teilnehmenden nicht die Lokalität zwischen Vorträgen und Abendessen wechseln. Ab 13.30 Uhr ist die Registrierung und Willkommensdrink, das Tagungsprogramm beginnt um 14.30 Uhr.

Der Sonntag beginnt mit der Versammlung für den Ausflug zum Monte Tamaro um 9.30 Uhr in der Stadt. Rückkehr vom Tamaro ist um 14.30 Uhr am Bahnhof Bellinzona. Das Detailprogramm zur Versammlung wird allen Mitgliedern Ende April zugesandt.

Bitte beachten Sie das Hotel-Informationsblatt, das diesem Magazin beiliegt. Sollte es fehlen, melden Sie sich bitte in der Geschäftsstelle in Egg oder in Lausanne.

NEUES AUS DEN SELBSTHILFEGRUPPEN

Glarnerland: Es sah nicht aus wie eine Trauergemeinde, die da am 30. Januar 2008 des Patienten gedachte, den wir ein knappes Jahr zuvor aus der Taufe gehoben hatten. Wir sahen eher aus wie die lustigen Witwen, Helen, Gertrud und ich. Aber wir haben den Patienten nicht umgebracht! Er ist gestorben, nachdem wir die lebenserhaltenden Maschinen abgeschaltet haben: Initiative, Einsatz und guten Willen. Wir sahen: Die SHG Glarnerland will nicht überleben. Das Interesse ist klein, der Drang nach Austausch hält sich in Grenzen, das Bedürfnis nach Information wird vielleicht anderswo gedeckt. Susi Obrist hatte uns noch mit ihrer positiven Energie und persönlichem Einsatz unterstützt. Wir drei, KassiererIn, Vize und Gruppenleiterin, haben sehr viel Verständnis dafür, dass man sich nicht so sehr mit der Krankheit beschäftigen will, sondern vor allem mit dem Leben und wie es gut weitergeht. Also verabschiedeten wir uns nach nur zehn Monaten in aller Wertschätzung von unserem Sor-

genkind. Umsonst war es nicht, hatten wir uns doch kennen- und schätzengelert! Die Gespräche und die Menschen fehlen mir. *Lore von Arb-Sattler*

Luzern: Dr. von Hippel zu Gast. Nicht zum ersten Mal luden die Luzerner den Neurologen an eine Diskussionsrunde ein. «Stets nahm er sich die Zeit für uns», so die Gruppenleiterin Luzia Amann. Seine interessanten Beiträge stiessen auf grosses Interesse, und mit seiner offenen Art gewann er die Sympathie aller. Herzlichen Dank! *rd*

Thuner Regionaltagung (Foto li): Dank grossem Interesse gestaltete sich die Tagung für die 25 Leitenden im Thuner Gwatt Zentrum wieder als lebendig und sehr spannend. Wir diskutierten rege und tauschten wertvolle Tipps aus. Neue Leitungsmitglieder brachten neue Dynamik in die Tagung, die von allen positiv erlebt wurde. Auch für den persönlichen Austausch blieb Zeit, so konnte man sein Gegenüber besser kennenlernen. Ein wertvolles und lehrreiches Treffen! *rd*

Uri und Umgebung ging auf Reisen.

Nach vielen verregneten Tagen schien zu unserer Reise am 6. Sept. die Sonne. Über Axenstrasse-Sattel ging's nach Hochstockli. Mit herrlicher Panoramansicht, einem feinen Mittagessen und gemütlichem Jass verbrachten wir einen Tag, an dem unser Parki fast in Vergessenheit geriet. Unseren Partnern und dem Leiterteam danken wir für eine bewegliche Zeit. *Brigitt Arnold*



Foto: jok

Wil: Ehrenvoller Abschied von Sonja Strässle (Foto). Nach zwölf Jahren trat sie von ihrer Leitungsfunktion zurück. Mit einer herzlichen Laudatio wurde sie von ihrem Nachfolger Bruno Richli und der Gruppe verabschiedet und zum Ehrenmitglied erkoren. Als Gäste kamen auch Heidi Heeb und Lydia Schiratzki. Die Überraschung war gelungen, Sonjas Freude war gross! Parkinson Schweiz dankt ihr herzlich für ihre wertvolle und unterstützende Arbeit. Es freut uns, dass sie die Gruppe Wattwil weiterhin leitet. Herzlich begrüssen wir Bruno Richli und wünschen ihm gutes Gelingen in seiner neuen Funktion. Hier auch ein besonderer Dank für den grossen Einsatz. *rd*

Winterthur: Leiterinnenwechsel. Annette Sutter hat 13 Jahre im Leitungsteam die Gruppe mit viel Engagement stark unterstützt. Herzlichen Dank und alle guten Wünsche an Annette. Sie hat ihre Nachfolgerinnen Susanne Schmid und Vreni Schär sehr gut eingeführt. Ihnen wünschen wir gutes Gelingen! *rd*

Zum Tag der Kranken 2008

Das Leiden ist ein ständiger Begleiter

Zum «Tag der Kranken» am 2. März verfasste die Sängerin Lys Assia einen Text, den die Schweizer Medien veröffentlichten. Sie thematisierte die Situation Aussenstehender oder Angehöriger gegenüber dem Leiden eines Kranken. Auch Bundespräsident Pascal Couchepin nahm in seiner Fernsehansprache vom 2. März zu dieser Frage Stellung. Der Verein *Tag der Kranken* ruft jedes Jahr Anfang März zu Solidarität und Verständnis gegenüber kranken Menschen auf. Auszüge aus dem Text von Lys Assia:

«Die Verbindung zu den leidenden Kranken, das Verstehen für uns «Aussenstehende» ist oft problematisch oder gar hoffnungslos. Die Angst, das schlechte Gewissen, dass

wir den Kranken nicht genügend Zeit und Aufmerksamkeit und Gefühle entgegenbringen, unsere naiven Aufmunterungen – oft ohne Überzeugung – geben uns ein Gefühl der Machtlosigkeit. Wichtig ist, dass sich die Kranken ebenbürtig und vollwertig fühlen. (...)

Wenn ich in Altersresidenzen oder Krankenhäusern die Zuhörer mit meiner Musik und meinen Liedern für kurze Zeit ablenken und mit meinem Rat etwas Licht und Freude übermitteln kann, fühle ich dieselbe Erleichterung bei meinen eigenen Schmerzen sowie eine wunderbare Erfüllung, den Glauben an einen neuen Tag, aus dem wir mit unserer ganzen Kraft das Beste schöpfen. Am Tag der Kranken werden meine Gedanken bei Ihnen sein.»



Foto: privat

In Konflikten richtig kommunizieren

Einmal im Jahr sind die Leitungsteams der Selbsthilfegruppen zu einem Weiterbildungswochenende eingeladen. Zum Thema «Kommunikation» gab es im vergangenen Herbst im luzernischen Schwarzenberg spannende Themen.

Susi Obrist und Ruth Dignoes stellen zunächst Teilnehmende vor, welche zum ersten Mal mit dabei sind. Es gibt auch neu gegründete Selbsthilfegruppen mit neuen Leitern und Leiterinnen, die wir mit herzlichem Applaus willkommen heissen. Unser Präsident Herr Kurt Meier ist als Gast auch mit dabei. Ruth liest ein Einleitungswort zum Vortrag vom Nachmittag über Gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg.

Nach dem Mittagessen stellt sich Suna Yamaner vor und erzählt uns sprühend vor Energie und Lebensfreude aus ihrer Kindheit mit gemischten Elternteilen aus der Türkei und der Innerschweiz, wo es durch die kulturellen und religiösen Un-



▲ Auch der Hund von Referentin Suna Yamaner schätzt gewaltfreie Kommunikation.

terschiede hin und wieder zu Konflikten gekommen sei. Dies sei wohl mit ein Grund, warum sie sich zur Kommunikations-Fachfrau ausbilden liess. Lebendig führt sie uns anhand von Beispielen in die Philosophie und Theorie der Gewaltfreien Kommunikation ein. «Es geht nicht darum, nett zu sein, sondern echt», sagt der «Erfinder» der GfK, der amerikanische Psychologe Dr. Marshall Rosenberg. Anhand von Beispielen aus der Teilnehmerschaft erläutert Frau Yamaner, wie man mithilfe der vier Grundpfeiler mit



Fotos: Parkinson Schweiz

Konfliktsituationen umgehen kann. Dadurch wird uns bewusst, was wir wahrnehmen, fühlen und brauchen. Wir entdecken das Potenzial unseres Einfühlungsvermögens, wenn wir uns auf Beobachtung, Gefühl und Bedürfnis konzentrieren, anstatt nur zu analysieren und zu beurteilen. Mit Hilfe von GfK lernen wir, unsere Bedürfnisse zu erkennen und sie auch auszudrücken. Yamaner schliesst ihren Vortrag mit dem Satz: «Wenn man seine Bedürfnisse äussert, ist die Chance viel grösser, dass sie erfüllt werden.»

Ruth Tschumi gestaltet am nächsten Tag eine besinnliche Morgenandacht zum Thema «Licht und Schatten». Dann spricht Erika Hunziker, lic. phil. I., dipl. Logopädin, zum Thema «Logopädische Aspekte bei Parkinson». Frau Hunziker erklärt uns, was wichtig ist beim Sprechen: Haltung, Tonus, Stimme, Resonanz, Atmung, Artikulierung, Person als solches, Mimik und Gestik. Sprechen ist ein komplexes Zusammenspiel verschiedener Funktionen. Es ist wichtig zu üben, damit mögliche Folgen der Krankheit möglichst weit hinausgeschoben werden. Nach dem Mittagessen stellt Johannes Kornacher, Bereichsleiter Kommunikation bei Parkinson Schweiz, sein Resort vor. Er zeigt die Arbeitsschritte zur Entstehung des Magazins **Parkinson** auf und beantwortet Fragen. Sein Anliegen ist, dass wir mit der Corporate Identity von Parkinson Schweiz einheitlich auftreten und bitten uns, das Logo so zu ver-

▲ Die drei Tenöre: Im Abendprogramm gaben Antonio Ortelli, Daniel Hofstetter und Hansruedi Stalder Lieder zum Besten.

wenden, wie es von Parkinson Schweiz vorgegeben wird. Ein Beitrag muss acht Wochen vor Erscheinen eingesandt sein und sollte so kurz wie möglich verfasst werden nach dem Motto: wer wie was warum – also die W-Fragen beachten und wenn vorhanden ein gutes Bild beilegen. Leserbriefe seien stets willkommen.

Daniel Hofstetter dankt allen Mitwirkenden im Namen des Präsidenten, und Ruth und Susi schliessen das interessante und in jeder Beziehung befriedigende Wochenende ab. Wir verdanken es mit einem herzlichen Applaus.

Evelyne Egloff

Die vier Hauptpunkte von gewaltfreier Kommunikation:

Beobachtung Zuerst beobachten wir, was in einer Situation tatsächlich geschieht.

Gefühle Als Nächstes sprechen wir aus, wie wir uns in Bezug auf das Beobachtete fühlen.

Bedürfnis Im dritten Schritt sagen wir, welche unserer Bedürfnisse hinter diesen Gefühlen stehen.

Bitten Wir äussern einen Wunsch in Form einer konkreten Bitte.

Verhaltensstörungen bei Parkinson

In der Parkinsontherapie treten viele Nebenwirkungen auf. Die motorischen Probleme sind bekannt, doch man spricht wenig über psychische Nebenwirkungen.

Bei einzelnen Patienten treten im Krankheitsverlauf Verhaltensstörungen auf, die als sogenannte Impulskontrollstörungen zwar schon lange bekannt sind, aber erst in letzter Zeit grössere Beachtung gefunden haben. Dabei geht die Selbstkontrolle über bestimmte Handlungen verloren, oder sie wird zumindest eingeschränkt. An vier Beispielen soll diese Aussage konkretisiert werden. Es kann zu einer krankhaften Spielsucht kommen. Patienten, die dies vorher nie

ausserhalb der Partnerschaft oder Kontakte zu Prostituierten gesucht.

Die Häufigkeit dieser Störungen ist nicht genau bekannt, schätzungsweise dürfte sie bei etwa 5 Prozent der Parkinsonpatienten liegen. Da sie beim Arzt häufig nicht angesprochen werden, besteht möglicherweise eine grössere Dunkelziffer. Männer sind viel häufiger betroffen als Frauen. Bei Patienten, bei welchen die Krankheit relativ früh aufgetreten ist, scheint das Risiko höher zu sein. Prak-

tisch alle betroffenen Parkinsonkranken werden mit einem Dopamin-Agonisten behandelt. Es ist jedoch bis heute nicht bekannt, ob das Risiko bei einzelnen Substanzen höher ist als bei anderen.

Wie schon erwähnt, werden diese Störungen dem Arzt häufig verschwiegen. Der Patient und die Angehörigen schämen sich und bringen die Probleme nicht zur Sprache, wenn sie nicht konkret danach gefragt werden. Das ist sehr schade, da in den meisten Fällen durch eine Anpassung der Therapie zumindest eine deutliche Reduktion, wenn nicht ein Verschwinden der Störungen erreicht werden kann. Ich möchte die Patienten und ihre Angehörigen daher aufrufen, ihre Scham zu überwinden und beim Verdacht auf eine derartige Störung mit dem Hausarzt oder dem betreuenden Neurologen darüber zu sprechen. Ich bin überzeugt, dass damit viel Leid für Patienten und Angehörige vermieden werden könnte.

Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin

◀ Es passiert nur ganz wenigen Betroffenen: Sogenannte Impulskontrollstörungen können etwa zu einer zwanghaften Spielsucht führen.



getan haben, suchen häufig Spielcasinos auf und verspielen dort allenfalls grössere Summen. Als nächstes Beispiel sei das pathologische Einkaufen genannt. Ohne Rücksicht auf die Kosten werden Gegenstände erworben, für die gar kein Bedarf besteht. Auch sonst kann es in finanziellen Dingen zu einer früher unbekannten Sorglosigkeit kommen: Das Geld wird grosszügig ausgegeben, ausgeliehen und eventuell sogar verschenkt. Manche Parkinsonkranke entwickeln eine Esssucht. Neben den Speisen aus dem Kühlschrank, die wahllos gegessen werden, werden zum Teil auch die Medikamente in viel zu hohen Dosen eingenommen. Am bekanntesten ist ein gesteigerter Sexualtrieb, der auch bei erloschener Potenz auftreten kann. Das ganze Denken scheint sich auf dieses Thema zu konzentrieren. Die Partnerinnen fühlen sich durch die dauernden Annäherungsversuche sehr belastet. Zum Teil werden von diesen Patienten auch Beziehungen

Sportempfehlung nach Stadium

Tennis mit Parkinson

Viele Parkinsonpatienten schonen sich körperlich. Das Gegenteil wäre besser – angepasst an das Stadium der Krankheit. Grundsätzlich könnten alle Patienten in den Stadien I bis IV an einem Sportprogramm teilnehmen, teilen deutsche Sportmediziner mit. In den Stadien I und II kommen alle Sportarten infrage. Ab Stadium III sei aber etwa von Tennis oder Squash abzuraten, rasche Richtungswechsel sind ungünstig. Wandern, Nordic Walking, Langlauf, Wassergymnastik, Golf oder Ergometertraining eignen sich da besser. Im Stadium IV sind Gleichgewichtsstörungen oder Akinese zu berücksichtigen. Wandern und Gymnastik seien da sinnvoll. Im Stadium V sollte Sporttherapie durch Physiotherapie ersetzt werden.

Weg zur Neuroprotektion?

Mit Ultraschall Parkinson erkennen

Einen wichtigen Beitrag zur Frühdiagnose von Parkinson könnte in Zukunft der Ultraschall liefern, wie am Deutschen Neurologie-Kongress in Berlin bekannt wurde. Der sogenannte transkranielle Ultraschall könne die Substantia nigra vermessen und durch ein temporales Schallfenster darstellen. 90 Prozent der Parkinsonerkrankten zeigten schon im Frühstadium eine erhöhte Auffälligkeit. Mit der Methode könne man atypische Parkinsonformen besser abgrenzen und die Strategie der Neuroprotektion vorantreiben. Für eine sichere Diagnose von Parkinson müssten jedoch weitere Werte herangezogen werden. Dazu gehörten zum Beispiel Störungen der Exekutivfunktionen, leichte kognitive Defizite und Gedächtnisstörungen im Frühstadium.

Tabletten zerkleinern – darf man das?

Die genaue Dosierung eines Medikaments verlangt Vorsicht bei der Teilung der Tabletten. Wir zeigen, worauf zu achten ist.

Knapp zehn Prozent aller Tabletten haben keine Bruchkerbe. Das macht das genaue Teilen schwierig. Aber auch manche Tabletten mit Kerbe können gar nicht geteilt werden, weil die vermeintliche Bruchkerbe nur eine Schmuckkerbe ist.

Beipackzettel gehen auf die Teilungsmöglichkeit oft nur unzureichend ein. Das ist problematisch, denn häufig kann nur durch Teilung die Dosis individuell angepasst werden.

Tabletten mit Überzug sollten in der Regel nicht geteilt werden, so der deutsche Professor Walter Haefeli in den Parkinson Nachrichten der Deutschen Parkinson Vereinigung (DPV). Dieser Überzug schützt den Wirkstoff gegen den sauren Magensaft. Teilt man die Tablette, würde

der Wirkstoff bereits im Magen freigesetzt, dabei zerstört – das Medikament wäre damit unwirksam. Bei Tabletten mit Retard-Überzug, der die Freisetzung des Wirkstoffes verzögert, kann sich die Wirkung verkürzen, während das Risiko Nebenwirkungen steige, so der Professor. Auch spezielle Überzüge gegen eine Inaktivierung des Wirkstoffes durch Licht, Sauerstoff, Feuchtigkeit oder gegen einen unangenehmen Geschmack dürfe man nicht einfach teilen.

Ist Teilen ausdrücklich möglich, sollte man einen Tablettenteiler verwenden (bei Parkinson Schweiz erhältlich). Messer oder Löffel sind nicht geeignet. Damit können Teile der Tablette wegsapicken und verloren gehen.

Ein anderes Thema ist die Zerkleinerung von Medikamenten. Manche dürfen nach ärztlicher Verordnung zerkleinert werden, wobei hier die Summe aller Wirkstoffe erhalten bleibt, während beim Teilen nur noch ein Teil zur Verfügung steht. Dazu sollte man einen Mörser verwenden, auch hier ist ein Löffel riskant. Fragen Sie Ihren Arzt oder in der Apotheke nach, sollten Sie Fragen oder Zweifel haben.

Quelle: DPV-Nachrichten



Foto: istock

Studie mit Ärzten und Patienten

Wie zufrieden sind Parkinsonpatienten mit der Therapie?

Patienten mit Parkinson sind statistisch gesehen weniger zufrieden mit ihrer Behandlung als andere Patienten mit chronischen Leiden. Eine Studie mit 500 Patienten und 592 Neurologen in den USA und fünf europäischen Ländern forderte Patienten und Neurologen, ihre Zufriedenheit mit der jeweiligen Therapie in einer Punktskala von 1 (unbefriedigend) bis 10 (sehr gut) zu bewerten. Die Bewertung der Patienten erreichte im Schnitt 6,6 Punkte, in den USA nur 6,1 Punkte. Im Vergleich wurden entsprechende Daten von Patienten mit Asthma oder rheumatoider Arthritis beigezogen. Diese gaben 7,9 Punkte, waren also weitaus zufriedener.

Die Unzufriedenheit der Patienten war in den meisten Fällen auf eine ungenügende Kontrolle der Beweglichkeitsprobleme, der morgendlichen Akinese und vor allem des Tremors zurückzuführen. Patienten im fortgeschrittenen Stadium mit Morbus Parkinson klagten vor allem

über den Wirkungsverfall bei länger andauernder Therapie.

71 Prozent der Ärzte setzen eine Verbesserung der Wirksamkeit zuoberst auf die Wunschliste, gefolgt von einer Verminderung der unerwünschten Nebenwirkungen und einer Erhöhung der Verträglichkeit. Weitere Wünsche sind eine neuroprotektive Wirkung, die Verzögerung der Krankheitsentwicklung und eine Reduktion der täglichen Medikamenteneinnahme. Die Studie zeigt klar, dass bei der Therapiewahl vermehrt die Lebensqualität berücksichtigt wird und die Kommunikation zwischen Arzt und Patient intensiviert werden sollte. Der Patient soll auch stärker in die Therapiewahl integriert werden. Die Industrie sollte den Wunsch der Patienten hören, Medikamente mit einfacherer Verabreichung und mit Neuroprotektion zu entwickeln.

Quelle: Aktuell Psychiatrie & Neurologie, 31. Oktober 2007

**Gratis-Hotline
0800-80-30-20**

PARKINFON:
Neurologen beantworten
Ihre Fragen zu Parkinson

**jeden Mittwoch
von 17 bis 19 Uhr.**

Eine Dienstleistung von
Parkinson Schweiz
in Zusammenarbeit
mit Roche Pharma
(Schweiz) AG, Reinach.



PARKINFON