

# Informationstagungen

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2021)**

Heft 144: **Fühlen bei Parkinson = Nociception et Parkinson = Tatto e percezione del dolore**

PDF erstellt am: **21.07.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Kraftquellen in Zihlschlacht

Die Informationstagung an der Rehaklinik in Zihlschlacht vom 1. Oktober folgte dem Jahresthema «Kraftquellen» von Parkinson Schweiz.

Dr. med. Matthias Oechsner begrüßte die Corona-bedingt «nur» 80 zugelassenen Interessierten. In seinem Referat «Kraftquelle Medizin: Sinnvoller Einsatz von Medikation und Neurostimulation» zeigte er die aktuellen medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten auf. Für eine differenzierte Behandlung sind Kriterien wie Diagnose, Alter sowie motorische und nicht-motorische Symptome wichtige Faktoren. Abschliessend beschrieb er die invasiven Behandlungen – die Tiefe Hirnstimulation und die Medikamentenpumpen –, und erklärte, unter welchen Voraussetzungen sie geeignet sind und welche Symptome sich lindern lassen.

Die Parkinson-Nurse Barbara Keller und die Logopädin Vanessa Schwegler sprachen über Probleme im Alltag, etwa Schlafstörungen. Keller empfahl, bei nächtlichem Harndrang tagsüber mehr und abends weniger zu trinken. Schwegler gab nützliche Tipps, damit ein Restaurantbesuch trotz Schluckstörungen möglich ist. Vor der Pause animierten Schwegler und der Sporttherapeut Stefan Köhler das Publikum zu Übungen aus dem Würfel- und Bewegungsspiel von Susanne Brühlmann.

«Kraftquelle trotz(t) Krankheit» lautete das Thema des Psychologen Jörg Ide und der Ergotherapeutin Andrea Flury. Par-



Stefan Köhler und Vanessa Schwegler animieren zur Bewegung. Foto: René Gossweiler

kinson kann körperlich, seelisch und psychisch Kraft nehmen. Wie kann das ausgeglichen werden? Jörg Ide erläuterte die Faktoren der sozialen Kontakte, von Bewegung, Hobby und Achtsamkeit. Er ging dabei speziell auf mögliche Entspannungstechniken ein. Andrea Flury sieht das Thema Kraftquelle als Energiemanagement. Man stelle sich eine Budgetberatung vor. Dabei gilt es, die Energiefresser zu er-

kennen (Ausgaben) und Energie zu tanken (Einnahmen). Wenn die Energiefresser erkannt sind, kann man sparen, indem man zum Beispiel gezielt delegiert, den Arbeitsplatz optimiert oder Hilfsgeräte einsetzt. Die Einnahmen können durch gute Pausen, Prioritäten setzen und Planung verbessert werden.

Judith Falusi

## Ferien im Lindenhof

Pflegebegleitete Ferien in Churwalden in einem ehemaligen Schlosshotel.



Feriengäste und Betreuende.  
Foto: zvg Elisabeth Ostler

Vom 28. Juni bis 4. Juli verbrachten sechs Parkinsonbetroffene mit fortgeschrittener Krankheit Ferien in einem geschichtsträchtigen Haus in Churwalden. Bis Anfang Jahr wurde das ehemalige Schlosshotel Lindenhof als Alters- und Pflegeheim genutzt. Seit diesem Frühling ist Hansruedi Sieber, der als Reiseleiter bereits Parkinsonferien auf Sizilien und in Istanbul organisiert hat, der

neue Besitzer. Er will den Lindenhof als Hotel speziell für Gästegruppen mit neurologischen Erkrankungen nutzen.

Auf dem Programm der individuell entsprechend ihren Bedürfnissen betreuten Gäste standen mehrere Ausflüge, z. B. in eine Fleischtrocknerei, an den Heidsee oder nach Bergün.

Elisabeth Ostler