

**Zeitschrift:** Rivista : la rivista di Parkinson Svizzera  
**Herausgeber:** Parkinson Svizzera  
**Band:** - (2022)  
**Heft:** 3

**Rubrik:** Consulenza

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.07.2025

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

# Quando il corpo sogna con la mente

Consigli in caso di disturbo comportamentale del sonno e per la comunicazione con i medici.

## Movimenti nel sonno

*Mio marito (67 anni) convive con il Parkinson da diversi anni. Ultimamente succede che nel sonno dimeni furiosamente le braccia e mi ha anche già fatto male. Il mattino dopo non si ricorda di nulla. Questi movimenti nel sonno sono tipici del Parkinson? Che cosa posso fare?*

In neurologia, quello che lei descrive si chiama disturbo comportamentale in sonno REM. REM sta per «rapid eye movement» (movimento oculare rapido) ed è la fase del sonno durante la quale si sogna. Di solito durante questa fase la muscolatura è completamente rilassata. Per questo gli avvenimenti che sogniamo non si riflettono in movimenti del corpo. Sembra che nelle persone con Parkinson questo rilassamento muscolare non funzioni più, per cui il sogno viene vissuto fisicamente. Può quindi capitare che la persona in questione urti chi dorme al suo fianco. Poiché i sogni avvengono mentre si dorme, il mattino seguente non ricorda nulla dell'accaduto. È un disturbo che può manifestarsi già anni prima della diagnosi oppure svilupparsi solo nel corso del tempo.

Parlatene con il vostro neurologo, che cercherà di migliorare il sonno di suo marito, e così dormirà più serena anche lei. Esistono anche coppie che preferiscono dormire in stanze separate. È una soluzione da valutare.



**Elisabeth Ostler**

Infermiera diplomata SSS e Parkinson Nurse. Responsabile cura e perfezionamento professionale presso Parkinson Svizzera

## Comunicazione con i medici

*Da quando le è stato diagnosticato il Parkinson cinque anni fa, mia madre sta sempre peggio. Ogni volta che posso la accompagno alle visite mediche. Le vengono prescritti moltissimi farmaci e diventa sempre più complicato gestirli. Io mi annoto sempre tutto e stampo ogni volta la lista di medicinali. Nel trattamento del Parkinson si parla spesso di una collaborazione intensiva tra pazienti e medici. Di che cosa si tratta?*

Dopo alcuni anni di malattia, spesso il decorso del Parkinson diventa più impegnativo da accompagnare. Non solo per i congiunti, ma anche per gli specialisti. Lo scambio di informazioni tra i professionisti che lavorano in campo neurologico e i pazienti è molto importante. Più che la frequenza delle consultazioni conta la loro qualità. È imperativo che i pazienti riferiscano ai neurologi come agisce la terapia prescritta, che cosa è migliorato e che cosa è peggiorato. Questa comunicazione dà al personale medico una base ottimale per decidere in merito alle prescrizioni successive ed eventualmente adeguare il trattamento. Strumenti utili di comunicazione con i neurologi sono la mappa Percezione dei sintomi parkinsoniani (in cui registrare i sintomi non motori) e il Diario Parkinson (in cui registrare l'evoluzione dell'assunzione dei farmaci e della motricità). Entrambi sono disponibili gratuitamente da Parkinson Svizzera.

Trovate altre domande con le risposte degli specialisti su [www.parkinson.ch/it](http://www.parkinson.ch/it)

Domande sul Parkinson?  
Scrivete a: [presse@parkinson.ch](mailto:presse@parkinson.ch)