

Morbus Parkinson

Neurologische Rehabilitation

Einführung

Geschichte und Symptome

Morbus Parkinson ist eine langsam fortschreitende Erkrankung des Nervensystems. Aufgrund von Eiweissablagerungen unter anderem im Mittelhirn kann der Botenstoff Dopamin nicht mehr in ausreichender Menge produziert werden, was zu vielfältigen motorischen und nicht-motorischen Symptomen führt. Trotz intensiver Forschung ist die Krankheit nach wie vor nicht heilbar, jedoch mittlerweile dank exzellenter therapeutischer Möglichkeiten meist gut behandelbar.

1817 nach dem Erstbeschreiber James Parkinson benannt, dauerte es 140 Jahre, bis die Gabe von Dopamin 1957 als Ersatzbotenstoff erforscht wurde. Weitere 15 Jahre später wurde die Vorstufe L-dopa zur breiten Anwendung zugelassen. Zwischenzeitlich wurden weitere Medikamente und Therapien entwickelt, die es ermöglichen, die Erkrankung gut symptomatisch zu therapieren. In den Kliniken Valens behandeln und rehabilitieren an den Standorten Valens, Chur, Walzenhausen, St.Gallen, Wald und Zürich spezialisierte Teams aus Ärzten, Therapeuten sowie Pflegefachleuten Patientinnen und Patienten mit parkinsonspezifischen Problemen nach dem neuesten Stand der Wissenschaft. Das Fundament unserer Arbeit sind bewährte Konzepte

und Programme, wissenschaftlich begründet und kontinuierlich weiterentwickelt. Darauf baut unser Rehabilitationsprozess auf, der mit zielorientierten Therapien und persönlicher Betreuung individuell zugeschnitten ist.

Vielfältige Symptomatik

Parkinson zeigt sich vor allem durch Symptome, die die Ausführung von Bewegungen betreffen (z.B. verminderte Beweglichkeit, Muskelsteifigkeit, Zittern, Gangunsicherheit). Dabei können eine milde, eine mittlere und eine selten auftretende stark fortschreitende Verlaufsform der Parkinson-Erkrankung unterschieden werden.

Häufig bestehen zusätzlich nicht-motorische Beschwerden wie Sprech-, Schluck- und Schlafstörungen, Verstopfung, Probleme beim Wasserlassen, Kreislaufbeschwerden oder Schmerzen. Auch die Psyche und das Denken können betroffen sein. Der Zusammenhang mit der Parkinson-Erkrankung ist jedoch weder für die Patientinnen und Patienten noch für die behandelnden Ärzte immer offensichtlich.

Einführung

Entstehung, Diagnose und Forschung

Entstehung

Parkinson-Symptome werden durch Eiweissablagerungen, sog. Lewy-Körperchen bzw. Lewy bodies, verursacht, die aus gefaltetem Transporteiweiss bestehen und zu einer Zellschädigung führen können. Getriggert wird dieser Prozess wahrscheinlich durch die Aufnahme einer fremden Substanz im Magen-Darm-Trakt, die wiederum durch den Vagus-Nerv ins Gehirn übertragen wird. Schütten die Nervenzellen der schwarzen Substanz (substantia nigra, Kernkomplex im Mittelhirn mit zentraler Rolle bei der Initiation von Bewegungen) aufgrund der Lewy bodies weniger als 50% des ursprünglichen Dopamins aus, kommt es zu den typischen motorischen Symptomen. Durch den Dopaminmangel ist nämlich die Verbindung zu anderen Bewegungszentren vermindert, woraus eine Hemmung der Bewegung resultiert.

Diagnose

Diagnostiziert wird die Erkrankung meist anhand der typischen klinischen Symptome in der neurologischen Untersuchung (Akinese bzw. Bewegungsarmut, Tremor bzw. Zittern, Rigor bzw. Muskelsteifigkeit und/oder Haltungsinstabilität). Zudem kann ein gutes Ansprechen auf Dopamin, auf Morbus Parkinson hinweisen. Neben der Parkinson-Erkrankung, von der etwa 75 Prozent der

Patienten betroffen sind, gibt es sekundäre Parkinson-Syndrome (z.B. durch Verletzungen, Medikamente oder Durchblutungsstörungen). Diese sprechen leider weniger auf die Gabe von L-dopa an. Selten treten auch atypische Parkinson-Syndrome im Rahmen von degenerativen Erkrankungen auf (z.B. Multisystematrophie und Progressive supranukleäre Blickparese). Derart atypische Parkinson-Syndrome sind durch zusätzliche Symptome (z.B. schwere Kreislaufbeschwerden, frühe Fallneigung) und ebenfalls ein geringes Ansprechen auf L-dopa gekennzeichnet.

Forschung & Entwicklung

Die aktuelle Forschung beschäftigt sich z.B. mit genetischen und umweltbedingten Auslösern, mit den Frühphasen der Erkrankung, der Bedeutung der Ernährung, der Weiterentwicklung der tiefen Hirnstimulation und der Entwicklung sowie Erprobung von medikamentösen und nicht-medikamentösen Therapien. In den letzten Jahren rücken zudem nicht-motorische Symptome und deren Erkennung sowie Behandlung in den Mittelpunkt.

Parkinson-spezifische Therapien

Selbstwirksamkeit als Ziel

Seit vielen Jahren werden im Rehazentrum Valens Menschen mit Morbus Parkinson und atypischen sowie symptomatischen Parkinson-Syndromen behandelt, begleitet, motiviert, gefördert, aber auch gefordert.

Das Ziel ist immer, bestmögliche Verbesserungen für den einzelnen Patienten zu erreichen. Für die Behandlung der motorischen und nicht-motorischen Beschwerden steht jeweils ein Team, bestehend aus Ärzten, Pflegefachpersonen, Therapeuten, Ernährungsberatern und unserem Sozialdienst, an der Seite der Patienten.

Dank unserer Spezialisierung bieten wir in Valens eine breite Palette verschiedener Therapien an. Entscheidend ist, dass Patienten möglichst intensive Therapien absolvieren, ohne sich zu überfordern. Auch sind nicht alle Therapieformen für jeden gleichermaßen geeignet oder wirksam, weshalb die Behandlungspläne im interdisziplinären Team koordiniert werden. So erhält jeder Patient bzw. jede Patientin, die für ihn bzw. sie wichtigen und individuell richtigen Therapien. Zudem hat jeder einen persönlichen Patientencoach, der Bedürfnisse sowie Wün-

sche ermittelt und in die Therapieplanung einbringt sowie bei speziellen Anliegen zur Verfügung steht.

Selbstwirksam und eigenständig

Selbstwirksamkeit und das Heranführen an das eigenständige Durchführen von Übungen liegen uns besonders am Herzen, schliesslich verbringen Menschen mit Parkinson die meiste Zeit zu Hause. Und da sie dort auch weitertrainieren sollten, stellen wir ihnen jeweils massgeschneiderte Übungsprogramme zusammen. An den Standorten Zürich, St.Gallen und Chur besteht überdies die Möglichkeit, ein ambulantes Training zu absolvieren bzw. das während eines stationären Aufenthalts Gelernte zu vertiefen. Das Kinaesthetics-Training für Patienten und Angehörige rundet unser Angebot ab.



Wussten Sie, dass...

... wir im Rehazentrum Valens zusammen mit der Organisation Parkinson Schweiz jedes Jahr einen Parkinson-Informationstag veranstalten? Die Vortragenden thematisieren jeweils unterschiedliche Themen und sprechen damit ein breites Publikum an: von Patienten über Angehörige bis hin zur interessierten Öffentlichkeit. Weitere Informationen finden Sie unter www.parkinson.ch.

Ärztliche Therapien

Von der Diagnostik bis zur Forschung

Die ärztliche Therapie beginnt bereits bei der Diagnostik von motorischen und nicht-motorischen Symptomen sowie Fluktuationen. Anhand eines Bewegungsbogens lassen sich z. B. Phasen verminderter Beweglichkeit (sog. off-Phasen) erkennen.

Erst dann kann eine Einstellung der Parkinson-Medikation und -Therapie erfolgen. Zudem ist es wichtig zu erkennen, welche nicht-motorischen Beschwerden (v. a. Kreislaufbeschwerden, Blasen- und Darmstörungen, Müdigkeit, Schluck-, Schlaf- und Stimmungsstörungen) ebenfalls mit der Parkinson-Erkrankung zu tun haben, um diese auch entsprechend behandeln zu können.

Informierte Patienten

Hohe Priorität haben ausserdem unsere Patienten-Seminare. Diese Hör- und Sprechstunden dienen der Information im Hinblick auf den Umgang mit der Erkrankung, informieren aber auch über den aktuellen Stand der Diagnostik und Therapie. Je besser der Patient die Erkrankung und ihre Behandlungsmöglichkeiten kennt, umso eher kann er rechtzeitig nach ärztlicher und therapeutischer Unterstützung fragen und passende Therapien für sich auswählen. Zudem wollen wir den Austausch zwischen den Patienten auch im Hinblick auf innovative Verfahren (z.B. tiefe Hirnstimulation und Pumpentherapien) und andere effektive Therapien fördern. In Kooperation mit dem Kantonsspital St.Gallen und dem Universitätsspital Zürich bieten wir die Einstellung der Tiefen Hirnstimulation, der Duodopa-Pumpen-Therapie und der Apomorphin-Pumpen-Therapie an.



Wussten Sie, dass...

...es zwar keine konkreten Massnahmen gibt, mit denen man der Entstehung des Parkinson-Syndroms vorbeugen kann, es jedoch bestimmte Faktoren gibt, die zumindest den Verlauf positiv beeinflussen können? Sofern Patienten früh um ihre Diagnose wissen, können sie durch eine bewusste Lebensweise mit viel Bewegung und einer präbiotischen Ernährung Einfluss auf die Symptome und den Verlauf nehmen.

Dank nationaler und internationaler Forschungsprojekte profitieren die Patientinnen und Patienten auch vom neusten Stand der Forschung zu den Themen Schluckstörung, chronische Schmerzen und Gleichgewichtsstörung. Bestimmten Patienten wird die Teilnahme an aktuellen Forschungsprojekten zum Thema Schmerz (Schmerzfragebogen) oder Sturzneigung (Laufbandstudie C-Mill) angeboten.

Pflege

Förderung des Selbstmanagements

Die Pflege setzt den Fokus sich in der Behandlung auf die Förderung des Selbstmanagements beider Aktivitäten des täglichen Lebens und bietet z.B. folgende Versorgungsangebote an:

Parkinsonprotokoll

Typische Parkinsonsymptome wie Tremor (Zittern), Rigor (Muskelsteife), Akinese (Bewegungsarmut) z.B. werden durch die Pflegefachpersonen mittels Parkinsonprotokoll erhoben. Ziel ist es, den aktuellen Zustand zu erheben und mögliche Anpassungen zur Linderung der Symptome in Absprache mit dem Patienten und den Ärzten vorzunehmen.

Mobilitätsfördernde Pflegeintervention

Hierbei wird die Bewegungskompetenz bei Bewegungseinschränkungen und/oder Wahrnehmung mithilfe von gefördert.

Bewegungsförderung

Kinaesthetics-Trainer oder Pflegefachpersonen schulen Patienten und/oder Angehörige den individuellen Bedürfnissen entsprechend.

Orientierungstraining

Dieses erfolgt mittels einer individuell an die Bedürfnisse angepassten Orientierungstafel.

Medikamentenmanagement

Durch den Einsatz eines Tablettentimers werden Menschen mit Parkinson an die korrekten Einnahmezeiten der Medikamente erinnert. Zudem werden sie darin geschult, wie sie Medikamente abhängig von Nahrungsmitteln und deren Aufnahme einnehmen sollen.

Pumpensysteme

Geschulte Pflegefachpersonen instruieren Patienten in der Handhabung, um die größtmögliche Selbstständigkeit zu erzielen.

Neurogene Blasenfunktionsstörung

Pflegefachpersonen unterstützen Patienten durch verschiedene Interventionen wie Restharnmessung, Trinkmengeprotokoll, Toilettentraining und dem gezielten Einsatz von Hilfsmitteln, um die Blasenfunktion zu verbessern.

Schluckstörungen

Patienten mit einer Schluckstörung werden in einem für sie abgestimmten Setting betreut. Falls nötig, empfehlen Logopäden – in Absprache mit den Pflegefachpersonen und den Patienten selbst – eine Kostanpassung und/oder Änderung der Schlucktechnik.

Ernährung

Menschen mit Parkinson weisen ein erhöhtes Risiko für eine Mangelernährung auf. Die Pflege sorgt in enger Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung dafür, dass die Patienten ausreichend versorgt sind.

Hilfsmiteinsatz

In Absprache mit den Therapeuten und entsprechend den Bedürfnissen der Patienten werden unterschiedliche Hilfsmittel wie Trinkbecher oder entsprechende Gehhilfen und eingesetzt.

Für die erfolgreiche Rückkehr nach Hause klären wir mit den Patienten und deren Angehörigen, welcher Unterstützungsbedarf nach Austritt aus der Rehabilitation notwendig ist und organisieren die entsprechenden Unterstützungsangebote.



Physiotherapie

Mobilität und Sicherheit im Alltag

Die Physiotherapie fokussiert auf die Verbesserung und den Erhalt der Mobilität und Sicherheit im Alltag, zu Hause sowie im häuslichen Umfeld. Gemeinsam mit den Patienten erarbeiten die Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten Strategien für Aufrichtung, Beweglichkeit, Gleichgewicht und Sturzprävention.

Mögliche Therapieinhalte können sein:

- ▶ Gehtraining (ggf. auch geräteunterstützt z.B. auf dem C-Mill-Laufband mit Parkinson-spezifischen Programmen)
- ▶ Alltägliche Bewegungsübergänge vom Liegen bis zum Stehen
- ▶ Kräftigung, Aufrichtung und Haltungskontrolle – in Anlehnung an das Übungsprogramm LSTV®BIG, das den Fokus auf grosse Bewegungen legt
- ▶ Gleichgewichts- und Koordinationstraining zur Sturzprophylaxe
- ▶ Wassertherapie (in Einzel- oder Gruppensituationen)
- ▶ Erarbeiten von Strategien gegen Blockaden und Umgang mit Freezing
- ▶ Massnahmen zur Tonusregulation wie Dehnung, Yoga und Entspannung
- ▶ Hilfsmittelberatung und -erprobung (z.B. Rollator mit Laservorrichtung)

- ▶ Tipps für Erleichterungen im Alltag sowie für das Management zuhause; bei Bedarf unter Einbezug von Bezugspersonen
- ▶ Kontinenzförderung im Rahmen der Beckenbodentherapie
- ▶ Erstellung eines individuellen Heimprogrammes (auch mit App)



Ergotherapie

Handlungsfähigkeit im Fokus

Die Ergotherapie unterstützt beim Wiederherstellen, Verbessern oder Erhalten der Selbstständigkeit und Handlungsfähigkeit in Alltagssituationen: von der Körperpflege über Essen und Haushaltsführung bis zu Hobbys und Freizeitaktivitäten. Unser Ziel ist es, die Lebensqualität zu steigern und die Autonomie zu unterstützen.

Durch das Erarbeiten von Routinen und Strategien, den gezielten Einsatz von Hilfsmitteln und das Einbeziehen des begleitenden Umfeldes kann ein positiver Effekt auf den Alltag erreicht werden. Gemeinsam mit den Ergotherapeuten können Patienten etwa im Hinblick auf on/off-Phasen und Energiemanagement die tägliche Routine optimal gestalten. Eine Tagesstruktur kann nämlich Stress vermeiden. Vielleicht braucht es eine Hilfsmittel-Beratung oder Strategien, die z.B. das Anziehen erleichtern oder selbstständig ermöglichen. Zudem werden Kompensationsstrategien identifiziert und trainiert, um trotz Symptomen den Alltag zu meistern.

Zu Hause weiter trainieren

Unsere Ergotherapeuten gehen auf die individuellen Bedürfnisse von Menschen mit Parkinson ein und suchen gemeinsam mit ihnen nach pragmatischen Lösungen für alltägliche Probleme (z.B. Umgang mit herausfordernden Situationen und Gedächtnisschwierigkeiten). Ebenso kann die Wohnsituation (digital) evaluiert werden, sodass die eigenen vier Wände sowie die häusliche Umgebung sinnvoll ausgestattet werden können.



Wussten Sie, dass...

... Laufband-Training die Sturzgefahr signifikant reduziert? Im Fokus stehen dabei das Dual-Tasking, die Ausdauer und die Kräftigung. Auf unserer Website finden Sie Infos zu unserem Forschungsprojekt «Laufbandtraining mit virtueller Realität»: www.bit.ly/laufbandtraining

Kreativtherapie

Malen und musizieren, tanzen und meditieren

Kreativtherapie versteht den Menschen als Ganzes und spricht sowohl die körperlichen als auch die geistigen und seelischen Lebensaspekte an.

Unsere musischen und gestalterischen Angebote für Parkinsonpatienten sind erlebnis- und wahrnehmungsorientiert und stärken den achtsamen Umgang mit sich selbst. In den Kreativtherapien stehen nicht Leistung und Können im Vordergrund, sondern die Freude am Erproben und Erkennen neuer Möglichkeiten.



Musische Therapien

Musik kann Wohlbefinden unterstützen, aber auch Schmerzen oder Ängste lindern. Sie kann glücklich machen und beflügeln, in Bewegung bringen und Blockaden lösen, entspannen, trösten und Gemeinschaft stärken. Sie ist in der Lage, die Sprache zu ergänzen oder zu ersetzen.

- ▶ Beim Tanzen erleben Menschen mit Parkinson plötzlich, wie Bewegungen gelingen, die sonst nicht mehr möglich sind. Sie gewinnen Sicherheit und Vertrauen ins eigene Tun, erleben Freude und Lebensqualität. Das spielerisch-experimentelle Musizieren regt zudem die Neuroplastizität an: die Fähigkeit des Gehirns, ein Leben lang seine Strukturen ändern zu können.
- ▶ Beim achtsamen Musikhören geht es darum, zur Ruhe zu kommen und sich Zeit für sich selbst zu nehmen, sowie Gefühlen, Körperempfindungen, Gedanken oder inneren Bildern Raum zu geben. Dabei geschieht oft Erstaunliches: Schmerzen treten in den Hintergrund, Tränen dürfen fließen, Trost findet statt und Gemeinschaft wird erlebbar.

Maltherapie

Beim Malen in der Gruppe oder im Einzelsetting können eigene Themen Ausdruck finden – gerade dort, wo Worte nicht mehr möglich sind. Oft wird der Malprozess von Menschen mit Parkinson als entlastend und harmonisierend, beruhigend und erholsam erlebt. Krankheitsverarbeitung findet statt, Bewältigungsstrategien können entwickelt und in geschütztem Rahmen erprobt werden.

Kreative Übungen für zu Hause

Kunsttherapeutische Methoden, Achtsamkeitsübungen und Meditationsformen eignen sich hervorragend zur Selbstfürsorge zu Hause und sind im Alltag gut umsetzbar.



Wussten Sie, dass...

...Kreativtherapien sehr wirkungsvoll sind? Ein Patient berichtete, dass das Zittern seiner Hand nach der Maltherapie keine Rolle mehr gespielt hat. Das Trommeln brachte dem einen Lebenskraft und liess die Atmung eines anderen tiefer werden. Beim Tanzen fiele Gewicht ab, so ein weiterer:

«Ich fühle mich leicht und locker.» Und nach einer Meditationseinheit erzählte ein Patient: «Ich habe mich während der Musikreise geborgen gefühlt und mich an ein Erlebnis erinnert, das mir sehr viel Kraft für die Zukunft gibt.»

Logopädie

Wir geben Ihnen eine Stimme

Die logopädische Behandlung zielt darauf ab, eine Teilhabe am sozialen Leben weiterhin zu ermöglichen. Schliesslich können bei Menschen mit Parkinson auch Sprechweise, Stimme und Schlucken beeinträchtigt sein.

Unsere Logopädinnen und Logopäden bieten hierzu Abklärung, Beratung und Therapien an, die auf die individuelle Situation und die persönlichen Ziele ausgerichtet sind. Auf Wunsch und bei Bedarf werden Angehörige einbezogen; etwa wenn der Einsatz von Hilfsmitteln sinnvoll erscheint. Gerne erarbeiten unsere Logopädinnen und Logopäden gemeinsam mit den Patienten ein Übungsprogramm für das Sprechen, die Stimme, das Schlucken oder die Sprache für zu Hause.

Sprache und Stimme

Bei der Behandlung von Sprech- und Stimmstörungen (Dysarthrie und Dysphonie) kommen individuell angepasste Therapiebausteine zum Einsatz: z.B. Artikulations- und Lautstärkeübungen, die häufig mit Computer- oder App-gestützter Therapie kombiniert werden. Bei entsprechender Indikation führen wir auch ein an LSVT®-Loud angelehnte Therapie durch. Der Fokus liegt bei dieser speziell für Menschen

mit Parkinson entwickelten Methode auf der Erhöhung der Sprechlautstärke. Sollten sprachliche Einschränkungen wie etwa Wortfindungsschwierigkeiten vorliegen, können diese im Rahmen von Einzeltherapien oder in der Kommunikationsgruppe behandelt werden.

Schlucken und Essen

Ein weiterer Schwerpunkt sind Schluckstörungen (Dysphagien). Auf Grundlage einer klinischen oder auch endoskopischen Dysphagiediagnostik werden entsprechende Therapieschritte abgeleitet. Ausserdem integrieren wir mitunter Cayenne-Schärfe (Capsaicin) in die Behandlung, da verschiedene im Rehasentrum Valens durchgeführte Studien deren positive Auswirkung auf die Schluck- und Hustenfunktion belegen. Bei dauerhaften Einschränkungen der Schluckfähigkeit und Notwendigkeit einer spezifischen Kostanpassung arbeiten wir eng mit der Ernährungsberatung zusammen. Mit Patienten, die eine spezielle Schlucktechnik benötigen, erarbeiten wir diese gemeinsam innerhalb der logopädischen Esstherapie in Zusammenarbeit mit den Pflegefachpersonen.

Ernährungsberatung

Gesund und nährstoffreich essen

Im Rehasentrum Valens legen wir grossen Wert auf die ernährungstherapeutische Versorgung von Parkinsonpatienten und deren persönliche Ernährungsgewohnheiten. Aufgrund von Schluckstörungen verlieren sie häufig an Gewicht. Daher gilt es, frühzeitig einer Mangelernährung vorzubeugen und in enger Zusammenarbeit mit der Logopädie die geeignete Nährstoffversorgung zu gewährleisten.

Individuelle Betreuung

Wir gehen gezielt auf die Bedürfnisse jeder einzelnen Person ein und berücksichtigen

die jeweilige gesundheitliche und soziale Situation. Besonders wichtig ist eine ausreichende Versorgung mit Eiweiss, Kohlenhydraten und Fett, Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen. So wird eine eiweissadaptierte und bedarfsdeckende Ernährung angestrebt und gleichzeitig auf die Interaktion von L-dopa und Eiweiss geachtet. Das kann auch bedeuten, mit Zeitplänen zu arbeiten. Viele leiden unter Obstipation (Verstopfung), wobei der Einsatz von Präbiotika einen positiven Beitrag leisten kann. Ebenso sollten probiotische Nahrungsergänzungsmittel in Betracht gezogen werden, da sie wünschenswerte und wichtige Darmbakterien enthalten und damit eine Unterstützung bei Verdauungsbeschwerden bieten.

Auf jeden Fall werden Vorgehensweise und Massnahmen mit dem jeweiligen Patienten individuell geplant und eingeleitet. Durch eine BIA-Messung erfolgt die genaue Körperwertbestimmung, womit wir frühzeitig Veränderungen in der Qualität der Muskulatur erkennen können. Basierend auf den so ermittelten Werten planen wir die ernährungstherapeutische Betreuung. Bei Bedarf kümmern wir uns auch um die Organisation von ergänzender Trinknahrung für zu Hause.



Wussten Sie, dass...

...Capsaicin der schärfste bekannte Naturstoff ist? Er ermöglicht Patienten mit Schluckstörungen, ihr unzugängliches Hustenpotenzial zu aktivieren und aspiriertes Material wie Nahrung, Flüssigkeiten, Speichel oder Sekret aus den Atemwegen zu beseitigen.

Neuropsychologie

Erleben und Verhalten trainieren

Bei der Parkinson-Erkrankung können zusätzlich zu den motorischen Symptomen Veränderungen im Denken und Verhalten auftreten.

Daher macht es Sinn, Menschen mit Parkinson auch neuropsychologisch zu betreuen, da sich dieses interdisziplinäre Teilgebiet der Psychologie und der Neurowissenschaften mit dem Zusammenhang zwischen Gehirn, Denken, Erleben und Verhalten beschäftigt.

Viele bemerken eine Verlangsamung im Denken, ein Nachlassen der Gedächtnisleistungen und Konzentrationsfähigkeit. Im Alltag äussern sich diese Beeinträchtigungen z. B. durch eine erhöhte Ablenkbarkeit, Vergesslichkeit, Schwierigkeiten, Entscheidungen zu treffen oder alltägliche Unternehmungen zu planen. Oft ist auch die Fähigkeit, mehrere Dinge gleichzeitig zu tun, gestört. So sind Patienten z.B. nicht mehr in der Lage, im Gehen ein Gespräch zu führen. Der Einfluss dieser Defizite auf berufliche und soziale Aspekte sowie deren Auswirkung auf die allgemeine Lebensqualität zeigen, dass neuropsychologische Defizite ernst genommen, mithilfe spezieller Untersuchungen erfasst und in der Folge behandelt werden müssen.

Vom Befund bis zum kognitiven Training

Im Rahmen einer neuropsychologischen Untersuchung können anhand diverser standardisierter Testverfahren Veränderungen der geistigen Leistungsfähigkeit systematisch untersucht und folglich Einschränkungen, aber auch Stärken festgestellt werden. Die Ergebnisse dienen einerseits als Grundlage für die Beurteilung der Arbeitsfähigkeit sowie – bei Bedarf – der Fahreignung oder der Urteilsfähigkeit. Andererseits bieten sie die Grundlage für spezifische Beratungs- und Therapiemöglichkeiten. Ausserdem liefern neuropsychologische Befunde bei unklarer Diagnose (z.B. bei Verdacht auf ein atypisches Parkinson-Syndrom) oder beim Verdacht auf eine demenzielle Entwicklung wichtige Informationen.



Kognitives Training kann im Rahmen einer neuropsychologischen Einzel- und/oder Gruppentherapie, ergotherapeutisch oder im Sinne eines körperlich-kognitiven Trainings in der Physiotherapie erfolgen. Neben kognitivem Training sind Psycho- bzw. Neuroedukation sowie das Coaching von Angehörigen im Umgang mit den kognitiven Einschränkungen ein wichtiger Bestandteil der neuropsychologischen Einzeltherapie.

Gewissheit über kognitive Defizite erlaubt es dem Patienten wie auch seinem Umfeld, den Alltag entsprechend zu adaptieren und eine Überforderung zu verhindern bzw. vermeiden. Bei Bedarf helfen wir, ein ambulantes Neurotraining zu organisieren oder geben Übungen für Zu Hause mit.

Psychosomatik

Ganzheitliche Krankheitsbewältigung

Auch nicht-motorische Symptome wie Schlafstörungen, Depression, Angst, kognitive Einschränkungen und Wesensveränderungen können sich bei Parkinson zeigen.

Zudem treten mitunter Verhaltensauffälligkeiten mit zwanghaften und impulsiven Zügen auf (z.B. in der Kontrolle, im Umgang mit Geld oder der Libido). All das kann den Alltag, die Lebensqualität und nicht zuletzt die Partnerschaft von Menschen mit Parkinson beeinflussen.

Wahrnehmungsveränderungen, Verknüpfungen und/oder Halluzinationen können zudem durch dopaminerge Medikation verursacht werden. Dies kann allerdings gut behandelt werden. Im späteren Verlauf der Erkrankung kann es bei einigen zu einer demenziellen Entwicklung kommen, die sich durch Orientierungsstörung, verlangsamtes Denken, verminderte Aufmerksamkeit und Nachlassen des Gedächtnisses bemerkbar machen kann.



Sozialberatung

Unterstützung für den Alltag

Je nachdem, wann die Erkrankung auftritt, hat sie Auswirkungen auf unterschiedliche Lebensbereiche. Die Sozialberatung klärt mit den Patienten, in welchen Lebensbereichen Unterstützung nötig ist.

Bei Patienten, die noch im Erwerbsleben stehen, ist es beispielsweise wichtig zu wissen, wie sich die Erkrankung auf die aktuelle Arbeitssituation auswirkt. So können Möglichkeiten und Potenziale eruiert werden, damit Menschen mit Parkinson so lange wie möglich ihrer Arbeit nachgehen können. Hier kann die Sozialberatung etwa bei der Beantragung möglicher Hilfsmittel und Leistungen der Invalidenversicherung unterstützen.

Bei älteren Patienten geht es z.B. um deren Wunsch, so lange wie möglich zu Hause leben zu können. Dafür werden oftmals spezielle Hilfsmittel für den Alltag benötigt. Für die Beschaffung, die Organisation von Pflege- und Hilfsangeboten oder bei der Klärung weiterer möglicher Versicherungsleistungen wie z.B. der Hilflosenentschädigung steht die Sozialberatung ebenfalls zur Verfügung. Auch eine Vermittlung zur Beratungsstelle von Parkinson Schweiz ist möglich.



Wussten Sie, dass...

... spezialisierte Organisationen Unterstützungsangebote und praktische Hilfe beispielsweise beim Duschen, Anziehen oder generell im Haushalt bieten, damit Menschen mit Parkinson möglichst lange in den eigenen vier Wänden leben können?

Informationsveranstaltungen Beratung für Patienten

Hör- und Sprechstunde

Bei den regelmässig stattfindenden Patientenseminaren geht es darum, die Patienten genau zu informieren, wie sie mit der Erkrankung am besten umgehen können. Darüber hinaus wird etwa der aktuelle Stand der Wissenschaft hinsichtlich Diagnostik und Therapie thematisiert. Und da Patientinnen und Patienten in vielerlei Hinsicht Experten in eigener Sache sind, wollen wir deren Wissen «nutzen». Daher laden wir Menschen mit Parkinson ein, ihre Erfahrungen mit anderen Patienten zu teilen. Eine Fachperson ist bei diesen Diskussionsrunden ebenfalls anwesend, um Fachfragen zu beantworten.

Parkinson-Informationstag

Jedes Jahr im Juli führen das Rehaszentrum Valens und die Organisation Parkinson Schweiz einen Informationstag durch, der sich an Patienten, Angehörige und die interessierte Öffentlichkeit richtet.

Parkinson Schweiz

Die gesamtschweizerisch tätige, gemeinnützige Organisation ist die erste Anlaufstelle für Fragen rund um Morbus Parkinson. Die Vereinigung sensibilisiert und informiert Patienten genauso wie Ärztinnen und Ärzte, medizinisches und paramedizinisches Personal sowie die Öffentlich-

keit. Parkinson Schweiz unterstützt zudem Patienten und Angehörige mit Angeboten wie kostenloser Beratung und Information sowie Kursen und Seminaren. Weitere Infos unter www.parkinson.ch.



Erste Reihe fussfrei

Auf unserem Videokanal können Sie sich selbst ein Bild von den unterschiedlichen Therapien und Behandlungen machen, die bei uns angeboten werden. Weitere Informationen zum Krankheitsbild finden Sie auf unserer Website.



Zu den Videos:

www.bit.ly/parkinson_reha



Zur Website:

www.bit.ly/parkinson-erkrankung

Ihre Ansprechpersonen Bei Morbus Parkinson



Das Parkinson-Team vom Rehaszentrum Valens

Von links: Tanja Griesser (Pflege), Dr. med. Roxana Pönisch (Neurologie), Anna Bernardo i Baldrich und Gertraud Höllrigl (Physiotherapie), Ruth Bauer (Ernährungsberatung), Isabel Gschwend (Sozialdienst), Dr. phil. Olivia Zindel-Geisseler (Neuropsychologie), Prof. Dr. med. Veit Mylius (Neurologie), Heidi Eggenberger (Logopädie), Ties Hansen (Ergotherapie) und Susanne Lippert-Lehle (Kreativtherapie)

Kliniken Valens

Taminaplatz 1

CH-7317 Valens

T +41 58 511 11 11

info@kliniken-valens.ch

www.kliniken-valens.ch

**Gemeinsam
mit den
Zürcher RehaZentren.**