Come inchiodato al pavimento

Autor(en): **Kornacher, Johannes**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **- (2003)**

Heft 69

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-815732

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Come inchiodato al pavimento

Il «freezing» è un fenomeno tipico del morbo di Parkinson allo stadio avanzato. Per lo più colpisce la marcia. Nonostante sia difficile da trattare, si può fare qualcosa. Spesso si riesce a controllarlo.

Di Johannes Kornacher

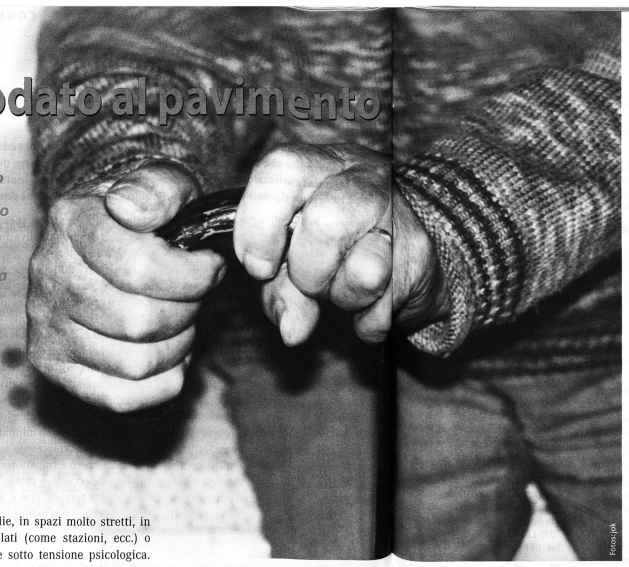
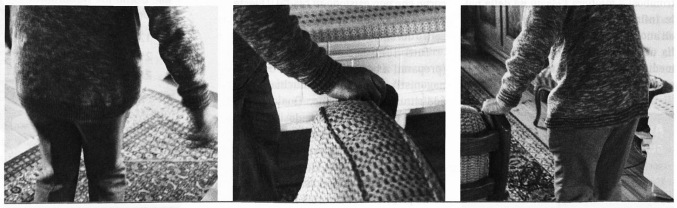


Foto: jpk

Vengo subito!» Magari, Richard R. lo vorrebbe volentieri. Ma non si sposta di un centimetro. Con la posta in mano sta davanti alla porta, come inchiodato al pavimento. Vuole andare avanti, ma non può. Dieci secondi, venti, non si muove. Sottovoce impreca, poi conta forte «uno, due, tre», si batte la coscia con il palmo della mano e improvvisamente si mette in marcia, come se niente fosse. «Che, ti sei congelato per strada?» chiede sua moglie dalla cucina.

«Freezing» (dall' inglese to freeze – congelare) si chiama questo fenomeno, che sorge per lo più nello stadio avanzato della malattia di Parkinson. L'improvviso blocco dei movimenti avviene per lo più nel superare un passaggio stretto, come porte o soglie, in spazi molto stretti, in luoghi affollati (come stazioni, ecc.) o quando si è sotto tensione psicologica. Può succedere anche quando la conformazione del pavimento cambia, per esempio dall'asfalto alla ghiaia, o dal tappeto al parquet. A Richard R. capita quando va in città e vuole per esempio attraversare le strisce pedonali. Poiché sa che può essere pericoloso vuole andare speditamente, ma siccome sa che gli capita spesso di bloccarsi, ecco che si trova sotto stress e si blocca di colpo. «Ho già passato molto tempo sul bordo della strada, dice, per questo non vado più da solo in città».

Cosa succede nel cervello durante un blocco? «Una persona sana può per esempio andare a zonzo leccando un gelato, fermarsi al semaforo rosso e rimettersi in marcia automaticamente quando diventa verde», spiega Hans-Peter Rentsch, medico primario nel reparto riabilitazione presso l'ospedale cantonale di Lucerna. «I suoi movimenti avvengono inconsapevolmente e può nel contempo intrattenersi senza problemi con qualcuno e guardare l'orologio». Fermarsi, incamminarsi, in una persona sana tutto funziona senza pensare. Può stare tranquilla che nel momento giusto farà il movimento giusto. R. non può, poiché nella malattia di Parkinson questo automatismo è disturbato.



Non va più. Questo colpito cammina con slancio nella camera ma, giunto ad una «strettoia» vicino al divano si «congela», spesso e deve mettersi di nuovo in moto.

La colpa di ciò è la graduale perdita delle cellule nervose che producono il neurotrasmettitore dopamina e che appartengono ai cosiddetti gangli della base, un sistema di nuclei nervosi nel cervello. Entrano in azione nel flusso di informazioni del cervello. I gangli della base servono a consentire la preparazione e l'esecuzione dei movimenti. Quando i gangli basali si ammalano, si hanno dei disturbi dei movimenti nel cosiddetto sistema involontario del cervello. Per esempio nel morbo di Parkinson coi suoi sintomi cardinali: acinesia (rallentamento) rigidità muscolare e tremore.

Il freezing è un sintomo spiacevole e problematico della malattia. Ma vi è una serie di accorgimenti per riuscire a controllarlo (vedi anche a destra «trucchi»). Richard R. conta ad alta voce e si batte la mano sulla coscia e così riesce a svegliare il suo cervello. «Egli inizia a camminare in modo cosciente» spiega il Dr. Rentsch. Egli si dice: ora devo andare e mi concentro contando ad alta voce. «Con questa «azione» elude la funzione dei gangli della base e guida direttamente la corteccia cerebrale». Ciò funziona per lo più molto bene, per il colpito però è una gran fatica, si sente insicuro e può portare a delle rinunce (preferisco restare a casa), aumenta il rischio di cadute. «Il paziente interrompe il movimento nel bel mezzo della sua esecuzione» dice Alexandra Renneberg, medico primario della clinica per il Parkinson a Bad Nauheim in Germania. Può inoltre capitare di arrestarsi nel bel mezzo di una frase durante una conversazione.

Il pericolo di cadute tuttavia non è legato solo al freezing. Le cadute sono frequenti nello stadio avanzato della malattia anche nei pazienti che non hanno attacchi di freezing. «La tipica postura piegata in avanti lo dimostra: il mantenimento del corpo in posizione eretta e dell'equilibrio è generalmente disturbato nella malattia di Parkinson», ribadisce il medico Hans-Peter Rentsch. Medici e fisioterapisti consigliano urgentemente ai pazienti un esercizio regolare specifico. «Il Parkinson è come uno sport competitivo» dice una fisioterapista. «Tutti e due si governano con l'esercizio» del quale fanno parte per esempio, alzarsi, sedersi, camminare su comando per superare il freezing. L'equilibrio si esercita superando ostacoli nel camminare, mentre la marcia ritmica esercita la postura e la deambulazione. I famigliari dovrebbero essere ben informati sul freezing, così possono valutare esattamente il fenomeno e non trascinare il malato inavvertitamente durante il passeggio. Lo potrebbero aiutare dandogli un comando o incitandolo a fare un passo.

Il freezing è difficile da trattare coi medicamenti. Per cominciare dovrebbe venire analizzato minuziosamente il piano della terapia e tenere un protocollo il più preciso possibile.
«Se si arriva a decifrare un determinato schema nei blocchi, un nuovo piano di terapia può portare dei benefici», dice il Dr. Rentsch. Quando lo stato di freezing avviene spesso nelle fasi off, vengono aumentate le dosi o le somministrazioni dei preparati a base di L-Dopa o degli agonisti. Nelle fasi difficili si potrebbe riuscire ad evitare i blocchi con L-Dopa liquida o Apomorfina. Non esiste però nessun medicamento che trasformi immediatamente il freezing in mobilità. In questa emergenza esistono solo trucchi per ingannare il cervello.

Suggerimenti e trucchi contro il freezing

Nel camminare, fate attenzione che i piedi non siano troppo vicini. Di tanto in tanto concentratevi sulla marcia ed alzate consapevolmente i piedi dal pavimento. Se la camminata si blocca, restate in piedi e datevi un piccolo comando interno per ripartire. Usate pure un bastone, vi aiuterà. Quando vi capita in pubblico spiegate la vostra situazione: «Ho il Parkinson e sono totalmente bloccato!».

Vi capita spesso di essere bloccato? Cercate di risolvere la situazione con un trucco. La necessità aguzza l'ingegno, la vostra ricchezza di idee non ha confini. Ecco qualche suggerimento:

Superare l'ostacolo artificiale – e continuare.

- brevi, energici comandi: via! cammina! O contate ad alta voce
- prima di alzarvi: rilassate consapevolmente la muscolatura delle gambe oscillate alcune volte il busto avanti e indietro prima di fare il primo passo
- datevi una pacca sulla coscia
- immaginate di avere davanti uno scalino
- battete i piedi sul posto
- bastone o ombrello, girarlo e scavalcare il manico
- lampadina da tasca o laser: puntare la luce sul pavimento e partire dandovi un comando
- prima di andare avanti, fare prima un passo di lato
- usare un segnatempo acustico,
- musica (p. es. Walkman)
- osservare i disegni per terra (per esempio le piastrelle)
- adattare il tipo di scarpe
- fare assolutamente ginnastica o fisioterapia. Chiedete al medico!