Fragen an Pflegerin Helen Fuchser

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **- (2006)**

Heft 82: **SOS - mein Partner hat Parkinson! = SOS - mon partenaire souffre de Parkinson! = SOS - il mio partner ha il Parkinson!**

PDF erstellt am: **30.05.2024**

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.

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

http://www.e-periodica.ch

Fragen an Pflegerin Helen Fuchser

Helen Fuchser Möhl, 49, ist diplomierte Pflegefachfrau AKP/Gesundheitsschwester. Sie arbeitet seit 2002 im Parkinsonzentrum der Klinik Bethesda im bernischen Tschugg. Sie lebt mit ihrer Familie in der Nähe von Bern.

Meine Frau hat seit neun Jahren Parkinson und leidet in letzter Zeit an Verstopfung. Sie trinkt viel, dennoch wird es nicht besser. Was kann sie tun?

Verstopfung ist leider eine häufige und lästige Begleiterscheinung im Laufe der Erkrankung. Es gibt mehrere Gründe dafür. Die Fortbewegung des Nahrungsbreis im Darm geschieht mittels unwillkürlicher Muskelbewegungen, somit kann auch diese Muskulatur von Parkinson betroffen sein. Mangelnde Bewegung, als Folge der Krankheit, ist eine weitere Ursache. Achten Sie auf ballaststoffreiche Ernährung. Zum Beispiel Vollkornbrot anstelle von Weissbrot. Salat, Gemüse und Früchte sorgen für die wichtigen Ballaststoffe in der Ernährung. Wie Sie bereits erwähnt haben, kommt der täglichen Trinkmenge grosse Bedeutung zu. Es sollten mindestens 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit getrunken werden, vorzugsweise Wasser oder ungesüsster Tee, weniger empfehlenswert sind gesüsste Mineralwasser. Legen Sie Dörrpflaumen oder Feigen am Abend in ein Glas Wasser, am nächsten Morgen nüchtern essen und den Saft trinken. Leinsamen oder Weizenkleie sind wertvolle unverdauliche Ballaststoffe; da sie im Darm quellen, muss unbedingt genügend Wasser getrunken werden. Helfen diese einfachen Massnahmen zu wenig, muss mit sanften Abführmitteln nachgeholfen werden. Es gibt heute Produkte, die den Stuhl weicher und gleitfähiger machen. Sie sind rezeptfrei, etwa PED-Lösung, erhältlich. Besteht das Problem trotz dieser einfachen Massnahmen weiter, besprechen Sie sich mit ihrem Arzt. ■

Mein Mann ist manchmal so blockiert, dass er nicht alleine essen kann, oder er braucht eine kleine Ewigkeit. Müssen wir damit leben?

Die Schluckfähigkeit kann bei Parkinson betroffen sein (Wangen-, Zungen- und Rachenmuskulatur). In seltenen Fällen ist das Schlucken derart gestört, dass nicht mehr ausreichend Nahrung aufgenommen werden kann und der Patient abmagert. Wenn gleichzeitig der Hustenreflex nicht ausreichend funktioniert, kann sogar Speisebrei in die Luftröhre und von dort in die Lunge gelangen, was zu einer Lungenentzündung führen kann. Die Schluckstörungen gehen mit Phasen schlechter Beweglichkeit einher, besprechen Sie mit dem Neurologen eine eventuelle Anpassung der Medikamente. Verschieben Sie die Essenszeiten in Phasen der guten Beweglichkeit. Achten Sie darauf, dass Sie immer genügend Sauce reichen, Trockenreis sollten Sie vermeiden. Die Nahrung soll weich gekocht sein. Die meisten Probleme macht die Flüssigkeitsaufnahme. Es gibt Produkte auf dem Markt, mit denen Flüssigkeiten eingedickt werden können, um das Schlucken zu erleichtern. Am besten zum Schlucken eignen sich alle halbfesten Produkte wie Cremen, Joghurt, etc. Bereitet das Schlucken der Medikamente Mühe, reichen Sie diese am besten mit Apfelmus. ■

Bei meinem Partner (67) ist das Wärme-Kälte-System völlig durcheinander. Manchmal schwitzt er tagsüber oder auch nachts derart stark, dass er die Wäsche wechseln muss. Kann man dagegen etwas tun?

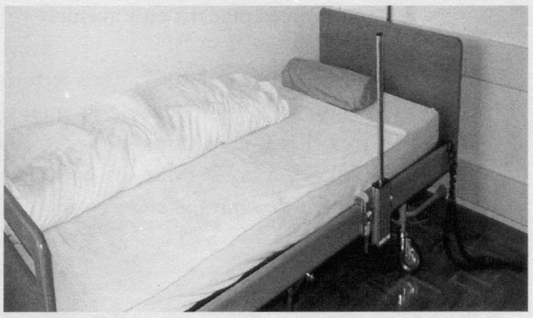
Störungen der Temperaturregulation können bereits zu Beginn der Erkrankung auftreten. Vermutlich gehen die Schweissausbrüche parallel mit den Phasen schlechter Beweglichkeit einher. Besprechen Sie mit dem behandelnden Arzt die Medikation, vielleicht lässt sich da noch eine bessere Einstellung finden. Achten Sie bei Kleidung und Bettwäsche auf Naturfasern, diese nehmen den Schweiss besser auf als Kunstfasern. Die nächtlichen Schweissausbrüche können tatsächlich sehr störend sein, oft bleibt da nur der Wäschewechsel. Der Sommer kann für Parkinsonbetroffene eher anstrengend sein. Sie sollten daran denken, wegen dem vermehrten Schwitzen genügend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Abzuraten ist von einem Saunabesuch.

Fragen zu Parkinson?

Schreiben Sie an:
Redaktion **Parkinson**
Gewerbestrasse 12 a, 8132 Egg
johannes.kornacher@parkinson.ch

Ich habe nachts, besonders in den frühen Morgenstunden, grosse Mühe, mich im Bett zu drehen. Manchmal kann ich auch nicht aufstehen. Gibt es da Hilfe?

Besprechen Sie sich mit Ihrem Neurologen, da lässt sich vermutlich mit einer Anpassung der Medikamente abends die Situation entschärfen. Viele Parkinsonbetroffene klagen über dieses Übel. Probieren Sie es mit einem seidenen Pyjama oder betten Sie ein Stück Seide als Unterlage ein. Vermeiden



sie Kunstfasern als Unterlage, da sie sonst nur mehr schwitzen. Gute Dienste könnte auch eine Ausstiegshilfe (Foto), in Form einer Stange, an der Seitenkante des Bettes montiert, leisten. Üben Sie das Drehen im Bett, in Phasen guter Beweglichkeit, nach folgendem Ablauf: Aus der Rückenlage ziehen Sie die Beine an und lassen diese zur Seite hin kippen; geben Sie nun den Arm zur selben Seite wie Ihre Knie, die Drehung wird nun einfacher. Visualisieren Sie diesen Bewegungsablauf immer wieder. ■