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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2001)

Heft: 63

Rubrik: Domande allo psicologo

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. Siehe Rechtliche Hinweise.

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. Voir Informations légales.

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. See Legal notice.

Download PDF: 27.04.2025

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

Domande allo psicologo

Ultimamente mi succede sempre più spesso di finire sotto stress quando mi trovo tra la gente, a causa di improvvise limitazioni della mobilità o perché non riesco a star dietro al ritmo degli altri. Questo mi deprime talmente che non oso più uscire da solo. Dovrò rinunciarvi in futuro?

Lo psicologo e scienziato dell'informazione diplomato *Joachim Kohler,* 41, direttore specializzato in neuropsicologia e psicoterapeuta al centro per il Parkinson, fondato nel 1999, presso la Clinica neurologica HUMAINE di Zihlschlacht TG. Vive con sua moglie e i suoi due bambini di 2 e 1 anno a Kreuzlingen sul lago Bodanico.

Anche se la malattia di Parkinson è una malattia neurologica dovuta alla mancanza di dopamina, giocano un ruolo importante anche fattori psicologici. Così, per esempio, situazioni di stress possono avere forti effetti negativi sui sintomi motori, che a loro volta possono influire sull'efficacia dei medicamenti. Proprio in pubblico i pazienti di Parkinson si trovano spesso in situazioni imprevedibili che scatenano lo stress e di conseguenza si accentuano i sintomi tipici della malattia.
Se queste situazioni si ripetono, non di rado il paziente cerca di evitarle e anzi col tempo possono condurre ad una totale chiusura sociale, collegata a sentimenti di impotenza e depressioni. In un sondaggio di oltre 3000 pazienti di Parkinson, due terzi hanno ammesso che già ai primi segnali di stress i sintomi sono aumentati. Per evitare che si arrivi al circolo vizioso sopra descritto, che, più a lungo dura, più difficile è debellarlo, si dovrebbe intervenire il più presto possibile con provvedimenti psicologici. Durante una consultazione psicologica, vengono dapprima analizzate le situazioni che provocano disagio. Il susseguente training per superare lo stress, dovrebbe aiutare ad evitare l'isolamento sociale, e qui è auspicabile il confronto mentale con la malattia. Importante è anche a confidare alle persone che ci sono familiari, ciò che è importante sulla malattia, nella situazione del momento. In determinate circostanze vengono introdotti anche giochi delle parti tramite «videofeedback»: così si possono esercitare egregiamente determinate regole di «comportamento, in situazioni problematiche ricorrenti». Non si tratta quindi di chiudersi in se stessi con la propria malattia ed isolarsi socialmente, bensì di utilizzare al meglio gli spazi che i medicamenti permettono.

Malgrado l'adattamento medicamentoso, vivo le fluttuazioni della mia mobilità sempre come una minaccia. Soprattutto le fasi di acinesi sono per me molto penose, è come se fossi «sepolto vivo». Cosa posso fare affinché non abbia a dover sopportare ogni volta questa paura?

Particolarmente i pazienti che partecipano volentieri alla vita sociale, le fasi di acinesia, durante le quali la mobilità è limitata o addirittura bloccata, sono molto gravose. Ne va della qualità della vita. Per cercare di risolvere psicologicamente questa problematica vi sono diversi punti di partenza.
Dapprima bisogna prendere atto che emozioni negative come paura, panico, senso d'abbandono e d'impotenza peggiorano la situazione. Si può provare ad imparare speciali tecniche di rilassamento, che si possono applicare anche in determinate situazioni sociali, a migliorare le proprie sensazioni, ad acquisire maggiore fiducia in se stessi e maggiore stabilità. Così è possibile sopportare meglio queste crisi acinetiche, senza doversi ritirare completamente. Un altro modo di procedere potrebbe essere quello di ripensare il proprio ruolo sociale ed eventualmente modificarlo. Non è sempre necessario, per esempio, in società fare sempre il «cavallo trainante». Ci sono altre varianti di partecipare alla vita sociale, e che si possono realizzare meglio in una fase di acinesia, per esempio l'ascolto attento.
Quando gli altri partecipanti ad un gruppo sono informati sulla malattia e sui suoi sintomi e sono al corrente delle esigenze personali del colpito, si possono evitare ulteriori incomprensioni e situazioni sgradevoli. Non esiste però una ricetta standard. La formula per superare le difficoltà, può essere assai diversa da caso a caso. Sarebbe auspicabile trovarla chiedendo una consultazione personale.

Avete delle domande sul Parkinson?
Scrivete alla redazione di **Parkinson**, Gewerbestrasse 12a, 8132 Egg
Fax 01 984 03 93
oppure, E-Mail: johannes.kornacher@parkinson.ch

Assisto mia moglie malata di Parkinson da alcuni anni. Talvolta perdo la pazienza con lei. Poi mi dispiace ed ho dei sensi di colpa. Sono un cattivo partner?

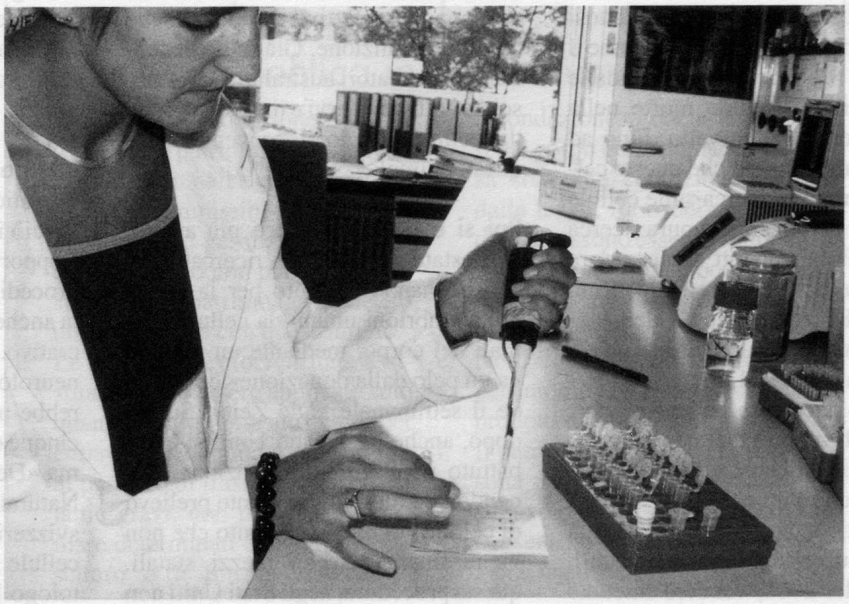
Specialmente nella fase precoce, subito dopo la diagnosi di Parkinson, ma anche durante la lunga malattia, i partner dei pazienti di Parkinson hanno la tendenza ad essere troppo premurosi. Così succede che le proprie aspirazioni riguardo all'assistenza, spesso eccessive, non vengano soddisfatte. Da una parte si vorrebbe evitare al paziente il più possibile del lavoro. Dall'altra sorgono maggiori esigenze di ritagliarsi i propri spazi. Inoltre vi sono situazioni in cui i partner tendono ad attribuire al malato cattiva volontà: capita proprio quando, malgrado tutto sia stato accuratamente pianificato, improvvisamente non va più niente (p. es. l'appuntamento dal medico).
Allora si fa tutto con grande fatica, poi in sala d'aspetto è di nuovo tutto normale: tipiche situazioni di stress, in cui ai famigliari scappa la pazienza. Poi hanno dei sensi di colpa, perché non sono riusciti a comportarsi come si sarebbero aspettati da se stessi come buon partner.
È sicuramente vero che, a causa della malattia, i compiti giornalieri devono venire divisi diversamente. Dall'altra parte si deve poter lasciar fare al paziente possibilmente ancora molte cose, che lui – per la verità più lentamente è ancora in grado di fare. In questa situazione di tensione, dovrebbe imparare che, quale partner, ha anche lei diritto ad un sostegno psicologico.

Guarigione o speranza di guarigione?

Da quando in Inghilterra la ricerca con le cellule staminali è libera, anche gli scienziati svizzeri chiedono luce verde alla donazione terapeutica. Gli oppositori dicono che si spalancheranno le porte alla donazione umana e che la vita si ridurrebbe ad un prodotto industriale. I colpiti, per contro, reclamano il diritto alla guarigione.* Parkinson *fa un riassunto dei fatti.

Di Johannes Kornacher

È un sogno vecchio quanto l'umanità: la vittoria sulle malattie inguaribili. Mai come oggi la medicina ha segnato tanti successi. Ciò nonostante è ancora lontana anni luce dal riuscire a dominare la natura, anche se si ha l'impressione che, nelle discussioni sulla ricerca embrionale, oggi saremmo vicini a sfondare la breccia. Nei resoconti dei media e nelle spiegazioni degli scienziati e dei colpiti, si parla in continuazione dei miracoli della donazione e della guarigione tramite cellule staminali embrionali (vedi riquadro «Cosa signi-



Nessuno può sapere oggi che apporta la ricerca con le cellule staminali per Morbus Parkinson.