

# Alptraum oder Abenteuer?

Autor(en): **Geiser, Ruth**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): - **(2002)**

Heft 66

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-815530>

## **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.

# Alptraum oder Abenteuer?

*Reisen bildet, bringt Erholung, regt Gedanken und Gefühle an – und kann ein Riesenstress sein. Besonders wenn man an Parkinson leidet. Dieser Stress muss aber nicht sein. Richtig geplant ist schon halb angekommen. Gute Reise!*

Von Ruth Geiser



«Als Parkinsonpatient bleibe ich lieber zu Hause», meint Urs, der seit 12 Jahren an Parkinson leidet. Er hat Mühe mit langem Sitzen und in fremden Betten schläft er noch schlechter. «Ich schaffe es einfach nicht mehr, mit all dem Unvorhersehbaren fertig zu werden.» Bei seinen letzten Ferien sollte er beim Heimflug wegen Betriebsproblemen auf eine kleinere Maschine am späten Abend umsteigen. «Vor Aufregung zitterte mein ganzer Körper, ich konnte mich am Check-in kaum mehr auf den Beinen halten.» Zum Glück hat er sich gewehrt, die Angestellte über seine Krankheit informiert und ihr erklärt, dass diese Umbuchung mit extremen Strapazen verbunden sei. «Sie hat verstanden und ich konnte wie vorgesehen heimfliegen. Ein zweites Mal möchte ich dies aber nicht erleben.»

«Unsere letzten Ferien waren ein Alptraum» gesteht Beat, Partner einer langjährigen Parkinsonbetroffenen. Zusammen mit einem anderen Ehepaar hatten sie ein Hausboot gemietet. Sie glaubten, dass sei ganz praktisch. Rosmarie und Gertrud, die beiden Ehefrauen sind langjährige Parkinsonbetroffene. Sie hofften, auf dem Boot gut aufgehoben und vor anstrengenden Wegen verschont zu sein. Die Realität war anders: Es war zu wenig Platz auf dem Boot, die beiden Frauen fühlten sich eingesperrt. Die Männer waren mit Bootsteuern, Einkaufen und Kochen hoffnungslos überfordert. Niemand konnte die Reise geniessen.

## Zwei negative Reiseerfahrungen?

Urs, der seine Umbuchung rückgängig machen konnte, erzählt eigentlich eine Erfolgsstory. Zwar verbrachte er einige schwierige Minuten, in denen seine Beschwerden öffentlich sichtbar wurden. Er fühlte sich für einen Moment ausgeliefert. Dann aber hat er seine Schwierigkeiten beim Namen genannt und durch eigene Kraft durchgesetzt, dass er keine unzumutbaren Bedingungen in Kauf nehmen musste. Schade, will er diese Strategie nicht auf weiteren Reisen erproben. Die Hausbootreise war sorgfältig geplant: Nichts sollte schief laufen. Die Be-

troffenen im sicheren Boot, während eine wunderschöne Flusslandschaft in gemächlichem Tempo vorbeiziehen würde. Dass damit den Frauen jede Möglichkeit zu Beschäftigung und Begegnungen genommen wurde,

## Gut überlegen, welche Art von Ferien richtig ist

während die Männer alles zu leisten hatten, ist im Nachhinein klar. Was könnte daraus generell gelernt werden? Ferien machen heisst auch Freiheit geniessen. Ein guter Ferienort eröffnet ein Feld für Aktivitäten jeder Art und Dauer. Beide Partner sollten auch Gelegenheit für kleine unabhängige Ausflüge haben. Wenn jede Panne ausgeschlossen wird, kann auch nichts Spannendes, Lustiges oder Unerwartetes mehr geschehen.

**Mein eigenes Flughafentrauma** begann erst bei der Sicherheitskontrolle vor dem Gate. Mein Flugzeug nach Toronto würde in einer Stunde starten. Ich hatte genug Zeit. Mit der überlangen Schlange vor der Sicherheitskontrolle aber hatte ich nicht gerechnet. Als ich endlich an der Reihe war, waren meine Muskeln völlig blockiert. Auch nur wenige Schritte schienen unmöglich, schon Stehen war viel zu anstrengend. Ich bat eine der Sicherheitsbeamten, mir einen Rollstuhl zu organisieren. Dafür sei sie nicht zuständig, herrschte sie mich an, ich müsse zurück zu meiner Airline. Wenn ich nicht vorwärts gehen könne, könne ich auch nicht zurückgehen, versuchte ich zu scherzen. Als mich die Dame ein weiteres Mal anfuhr, brach ich in Tränen aus. Niemand konnte mir helfen, da es den Sicherheitsbeamten nicht erlaubt war, ihren Arbeitsplatz zu verlassen. Schliesslich bat ich um eine Sitzgelegenheit und man stellte mir einen Hocker hin, wo ich mich erst mal ausheulte. Durch den Tränenschleier sah ich einen jungen Mann, der mich anlächelte. Er ignorierte meine Tränen und fing an, ganz unbeschwert mit mir zu plaudern. Wo ich herkäme, wie mir Montreal gefallen habe, ob ich zum ersten Mal in Kanada sei. Dieses natürliche Interesse tat mir gut. Im Nu hatte ich mich erholt und konnte, wenn auch schlurfend, zum Gate gehen.

**Die Episode bleibt mir im Gedächtnis**, weil sie schmerzhaft, aber auch grotesk und lustig war. Unsere Systeme haben Mühe mit Menschen, die nie wissen, ob sie nun laufen können oder nicht. Braucht jemand einen Rollstuhl, dann muss der rechtzeitig organisiert werden. Wenn aber eine Person zu spät merkt, dass sie nicht laufen kann, soll sie ihren Rollstuhl gefälligst selber holen oder besser gleich in

Ohnmacht fallen, dann kann die Ambulanz gerufen werden. Für «Zwischenfälle» ist niemand zuständig. Das Trauma hatte trotzdem ein Happyend. Weil mich jemand in ein Gespräch verwickelte und mich damit in dieser verkorksten Situation als normalen Menschen ansprach. Ich war wieder ein Mensch mit Erfahrungen, für die er sich interessierte. Er half mir damit, meine Fassung wieder zu gewinnen. Ich sass nicht mehr dort, weil meine Motorik versagt hatte, sondern führte eine nette Unterhaltung mit einem Einheimischen.

**Damit wir eine Reise geniessen** können, müssen wir planen (siehe Kasten). Für Eventualitäten und unbewegliche Zeiten braucht es genug Zeitreserven. Aber Panne und Begegnung gehören zusammen und damit zum Reiz des Abenteuers Reisen. ♪



*Ruth Geiser*, 45, lebt seit 18 Jahren mit Parkinson. Die Zürcherin arbeitet als Englischlehrerin und schreibt regelmässig für **Parkinson**. Diesen Beitrag lieferte sie eine Woche zu spät ab – sie war nach Spanien verreist.

## Tipps für die Reise

### Generell

Nichts vergessen – leicht gesagt. Eine Checkliste rechtzeitig erstellen und in Ruhe überprüfen. Sie haben für viele Situationen ihre individuellen Bedürfnisse, z.B. Schuhe für die Dusche mit Gummisohle, Trinkbecher oder Seidenleintuch zum besseren Drehen in der Nacht. Verzichteten Sie auf Reisen nicht auf Ihren Komfort. Und das Wichtigste: Organisieren Sie Ihre Medikamente umsichtig!

### Auto

- Mit gesundem Menschenverstand planen und fahren
- Stosszeiten meiden, Route und Etappen vorher genau wählen.
- Karte bereitlegen, Pausen machen
- Komfortable Kleidung wählen
- Trinken! Nicht nach dem Essen losfahren
- Ausgeschlafen fahren
- Medikamente pünktlich und vor der Fahrt nehmen

### Zug

- Platz reservieren
- Gepäck aufgeben (am Tag vor der Reise)
- Je nach Behinderung und Ziel (Postauto): die SSB haben Rat!

### Flugzeug

- Wenn nötig Rollstuhl verlangen (bei Buchung über Fluglinie)
- Mahlzeiten: vegetarische oder eiweissarme Kost bestellen (nicht erst am Reisetag)
- Sitzwahl: je nach Flugzeug bestimmte Plätze reservieren
- Wichtigste Dinge ins Handgepäck. Medikamente nie in den Koffer
- Bei Reisen mit Zeitverschiebung: mit Arzt Medikamenteneinnahme besprechen.

### Dienstleistungen

Compagna Reisebegleitung  
Eschenstrasse 1, 9000 St. Gallen  
Telefon 071 220 16 07  
compagnareisebegleitung@bluewin.ch

Reisefachstelle für Menschen mit Behinderung  
Mobility International Schweiz  
Frobürgstrasse 4, 4600 Olten  
Telefon 062 206 88 35  
www.mis-ch.ch