

Aktuell

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2008)**

Heft 92: **Physiotherapie bei Parkinson = La physiothérapie pour les parkinsoniens = Fisioterapia e Parkinson**

PDF erstellt am: **08.08.2024**

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.

Ausblick: Was Parkinson Schweiz für 2009 plant

Das kommende Jahr widmet Parkinson Schweiz ganz dem Thema «Mobilität» – und stimmt seine Aktivitäten darauf ab. Aber natürlich wird es auch neue Produkte geben, die über das Jahresthema hinausreichen. Die wichtigsten Produktneuheiten für das Jahr 2009 stellen wir Ihnen hier vor.

Wir bleiben in Bewegung! Ein Motto, das für Parkinsonbetroffene der vielleicht wichtigste Schlüssel auf dem Weg zu einer möglichst hohen Lebensqualität ist. Zugleich ist das Motto aber auch eine Verpflichtung – und eine hohe Motivation – für das gesamte Team von Parkinson Schweiz, sich jedes Jahr aufs Neue Gedanken zu machen, welche Produkte und Aktionen geeignet respektive nötig sind, um das in der 24 Jahre währenden Geschichte der Vereinigung ansehnlich breit gewordene Angebot an Broschüren, Büchern, Ton- und Filmträgern sowie Hilfsmitteln sinnvoll auszubauen und um neue oder noch fehlende Dinge zu ergänzen.

Eine Aufgabe, bei der wir auch 2008 viel Unterstützung erfuhren: Mehrfach erhielten wir von Mitgliedern, dem Team des Fachlichen Beirates, von Selbsthilfegruppen, Ärzten, Kliniken, Pflegenden, Gönnern, Sponsoren und von mit uns kooperierenden Institutionen wertvolle Hinweise, was wir 2009 in Angriff nehmen sollten. Ihnen allen danken wir an dieser Stelle herzlich für ihre wertvollen Anregungen, die es uns ermöglichen, unser Portfolio 2009 sinnvoll zu erweitern.

Spezifische PatientInnenverfügung

Eines der wichtigsten Produkte für 2009 ist die von einer Arbeitsgruppe von Parkinson Schweiz mit dem Institut Dialog Ethik ausgearbeitete PatientInnenverfügung für parkinsonbetroffene Menschen. Diese erlaubt es Betroffenen, Ihren Willen im Hinblick auf Leben, Leiden, Sterben und Tod rechtsverbindlich festzuhalten, für den Fall, dass Sie Ihren

Willen eines Tages nicht mehr selbst kundtun können.

Da eine PatientInnenverfügung ein überaus persönliches und wichtiges Dokument ist, stellen wir die parkinsonspezifische PatientInnenverfügung in

der März-Ausgabe von **Parkinson** ausführlicher vor. Zudem werden Sie im Rahmen der Mitgliederversammlung am 13. Juni 2009 in Wil vertiefende Informationen aus erster Hand dazu erhalten.

Gymnastik-DVD für Parkinsonkranke
Quasi als Startschuss für das Jahr der Mobilität lanciert Parkinson Schweiz im Frühjahr eine neue Gymnastik-DVD für Parkinsonpatientinnen und -patienten.



Für diese wurde – in enger Kooperation mit den Ärzten unseres Fachlichen Beirates und dem Physiotherapie-Team der HUMAINE Klinik in Zihlschlacht – ein mehr als 70 Übungen umfassendes Gymnastikprogramm kreiert.

Dank einer ausgefeilten Menüsteuerung können Sie unter 2 Schwierigkeitsstufen und 4 Sprachen (Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch) wählen und, ganz nach Gusto, einzelne Übungen überspringen oder wiederholen. Zudem können Sie wählen, ob Ihr «Trainingspartner» am TV-Bildschirm die Physiotherapeutin oder eine Parkinsonpatientin respektive ein Parkinsonpatient (mit unterschiedlichem Handicap) sein soll.

Neben dem Gymnastikprogramm bietet die DVD ein aus Qigong-Übungen mit aktiven Bewegungssequenzen kombiniertes Zusatzprogramm mit Musik. Die neue Gymnastik-DVD wird im Frühjahr 2009 lanciert und im Internet sowie im Magazin rechtzeitig angekündigt.

Umfassender Angehörigen-Ratgeber
Parkinson Schweiz erarbeitet derzeit, als krönenden Abschluss des Jahres der Angehörigen, einen Ratgeber für Angehörige. Dessen Inhalte basieren auf den von Barbara Schoop, Pflegewissenschaftlerin Msc.N, im Rahmen ihrer Masterarbeit

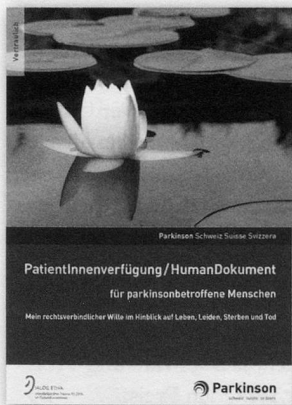
gesammelten Erkenntnissen über die besonderen Herausforderungen, welche der Alltag an die pflegenden Angehörigen Parkinsonkranker stellt. Der Ratgeber wird aufgrund des 2008 erfolgten Wechsels in der Kommunikationsleitung von Parkinson Schweiz erst 2009 erscheinen. Wir bitten dafür um Verständnis.

Neue Serviceblätter und Bücher

Parkinson Schweiz wird 2009 das Angebot an Serviceblättern und Informationsbroschüren weiter ausbauen. Nach der Neuerscheinung eines an Fachpersonen gerichteten Serviceblattes zur Anästhesie bei Parkinsonbetroffenen in diesem Jahr wollen wir 2009 nicht nur ein Serviceblatt mit wichtigen Tipps und Tricks für den Alltag produzieren, sondern auch Informationsmaterialien zu den Themen Mobilität, Vorbereiten eines Spitalaufenthaltes, korrekte Medikamenteneinnahme und Bewältigung von Depressionen bei Parkinson erstellen. Im Fachliteratur-Segment produzieren wir das an Allgemeinmediziner gerichtete «Vademecum der Parkinsontherapie – ein Schnellnachsschlagewerk» von Prof. Dr. med.

Hans-Peter Ludin in zweiter, überarbeiteter und ergänzter Auflage.

Mehr Parkinson Schweiz im Internet
Allen Mitgliedern, die regelmässig auf der Website von Parkinson Schweiz surfen, wird es bereits aufgefallen sein: Die Frequenz, mit der neue Nachrichten aufgeschaltet werden, wurde im Jahr 2008 deutlich erhöht. Auch kommendes Jahr werden wir unserem Internetauftritt verstärkte Aufmerksamkeit schenken und das Informations- und Serviceangebot kontinuierlich verbessern und ausbauen. Die diesbezüglichen Fortschritte können Sie quasi «live» verfolgen – besuchen Sie dazu einfach des Öfteren unsere Website www.parkinson.ch.



Auf der Fährte der genetischen Risiken von Parkinson

Am 30. Oktober wurden die beiden Professoren Andrew Singleton und John Hardy für ihre hervorragende Arbeit bei der Erforschung der genetischen Hintergründe von Parkinson mit dem Annemarie Opprecht Parkinson Award 2008 ausgezeichnet.



Strahlende Gewinner: Prof. Andrew Singleton aus Bethesda (USA) und Prof. John Hardy aus London erhielten in Basel den mit 100 000 Franken dotierten 4. Annemarie Opprecht Parkinson Award 2008.

Foto: jro

Die genetischen Ursachen der Parkinsonkrankheit sind von grossem Interesse für die medizinische Forschung. Zwar können nur knapp fünf Prozent aller Parkinsonerkrankungen auf direkte, sogenannte monogenetische Vererbung zurückgeführt werden (familiäre Parkinsonkrankheit). Doch spielen wahrscheinlich auch bei den nicht-familiären Erkrankungen genetische Risikofaktoren eine wichtige Rolle. Es besteht die Hoffnung, dass bei Kenntnis dieser Risikofaktoren die Krankheit früher diagnostiziert und eventuell eines ferneren Tages vielleicht sogar verhindert werden könnte.

Genau diesem Ziel haben sich die Neurowissenschaftler John Hardy vom University College in London und Andrew Singleton vom National Institute of Aging in Bethesda (USA) verschrieben. Sie suchen seit Jahren nach genetischen Faktoren, die das Risiko einer Krankheitsentwicklung erhöhen. «Bis heute sind sechs Gene

bekannt, die in die Entstehung von Parkinson involviert sind», erklärt Singleton. «Zwei davon, das Alpha-Synuclein-Gen und Variationen des sogenannten Tau-Gens, sind die wichtigsten. Wir schätzen, dass sie für bis zu 15 Prozent der Parkinsonfälle verantwortlich sind.»

Das Wissen um die genetischen Zusammenhänge für die restlichen 85 Prozent der Krankheitsfälle ist weiterhin klein. Hardy: «Es gibt einerseits monogenetische Parkinsonfälle, die auf die Mutation eines einzelnen Gens zurückzuführen sind. Andererseits gibt es häufige Genvarianten (Polymorphismen), die in verschiedenen Kombinationen das Risiko klar erhöhen. Und es gibt seltene Mutationen, die das Risiko nur leicht erhöhen. Hinzu kommen zahlreiche Umweltfaktoren. Die genauen Zusammenhänge verstehen wir aber nur langsam.»

Bisher haben die beiden Forscher fast eine halbe Million Genvarianten im Erbgut von Parkinsonkranken mit den entsprechenden Varianten gesunder Menschen verglichen. Nun machen sie sich daran, das gesamte Genom Parkinsonkranker zu entschlüsseln. Ein Vorhaben, das erst durch in den letzten drei Jahren entwickelte Technologien möglich wurde und das mindestens fünf Jahre dauern wird. Zudem wollen sie herausfinden, welche Funktionen die Risikogene überhaupt steuern und wie sich Veränderungen an den Genen eigentlich im Hirnstoffwechsel auswirken.

Damit diese komplexen Arbeiten zügiger vorangetrieben werden können, haben Hardy und Singleton ihre Forschungsergebnisse für die internationale Forschergemeinschaft offen gelegt. So können andere Forscher ihre eigenen Daten mit denen von Hardy und Singleton vergleichen.

Am 30. Oktober 2008 wurden Hardy und Singleton für ihre Arbeit mit dem mit 100 000 Franken dotierten Annemarie Opprecht Parkinson Award belohnt.

Prof. Mathias Sturzenegger, Präsident des Preiskomitees der Stiftung und Mitglied des Fachlichen Beirates von Parkinson Schweiz würdigte in seiner Festrede die herausragende Qualität und Wirkung der Forschungsarbeit von Hardy und Singleton sowie deren uneigennütziges Denken. Mit der Offenlegung ihrer Daten trügen sie dazu bei, die interdisziplinäre Parkinsonforschung über Grenzen hinweg zu beschleunigen und zu intensivieren. jro



▲ Freude über die Preisvergabe: John Hardy mit Partnerin Sigurlaug Sveinbjornsdottir (links) und Andrew Singleton mit Gattin Amanda.

Hintergrundinformation

Die Annemarie Opprecht-Stiftung

Die 1998 von der selbst an Parkinson erkrankten Annemarie Opprecht-Grollimund aus Bergdietikon AG gegründete Stiftung fördert die internationale medizinische Forschung in allen Bereichen der Parkinsonkrankheit. Herausragende Forschungsarbeiten werden im Drei-Jahres-Rhythmus mit dem Annemarie Opprecht Parkinson Award ausgezeichnet. 1999 ging der Preis zu gleichen Teilen an Prof. Pierre Pollack, Grenoble und Prof. Anthony H.V. Schapira, London. 2002 wurde Prof. José Obeso aus Pamplona ausgezeichnet. 2005 erhielten die US-Forscher Prof. Zbigniew K. Wszolek, Jacksonville und Prof. Stanley Fahn, New York, den Preis. jro

Leipziger Parkinsonforscher ausgezeichnet

Auf der 55. Jahrestagung der Society of Nuclear Medicine in New Orleans wurde der Leipziger Mediziner Philipp Meyer (41) für seine Forschung über Depressionen bei Parkinsonpatienten ausgezeichnet.

Es ist der dritte grosse Erfolg für die Klinik und Poliklinik für Nuklearmedizin der Universität Leipzig in nur vier Jahren: Auf der Jahrestagung der weltweit grössten Fachgesellschaft für Nuklearmedizin erhielt der Nuklearmediziner Philipp Meyer den Neuroscience Young Investigator Award für seine Arbeit «Depression in Parkinson's disease: reduced alpha4beta2 nicotinic acetylcholine receptor (alpha4beta2) binding in limbic and paralimbic regions», mit der er einen Grundstein für eine künftige medikamentöse Therapie von Parkinsonpatienten mit Depressionen legte.

Das Team um Philipp Meyer stellte anhand einer Studie fest, dass bei Parkinsonbetroffenen, die über Depressionen klagen, die Zahl der sogenannten nikotinischen Acetylcholinrezeptoren (insbesondere der Subtyp alpha4beta2) in mul-

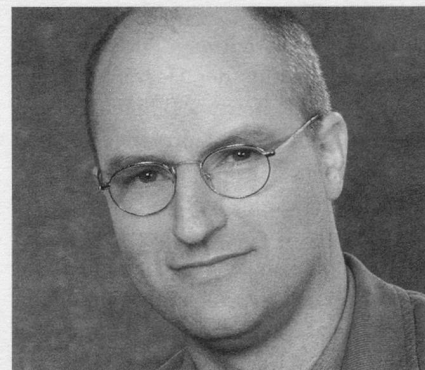
tiplen limbischen und paralimbischen Hirnregionen stark vermindert ist. Diese Rezeptoren spielen eine grosse Rolle für Aufmerksamkeit und Lernen.

Mit diesem neuen Wissen deutet sich die Möglichkeit an, diese speziellen Nikotin-Rezeptoren als Zielstrukturen für eine medikamentöse Therapie bei Parkinsonpatienten mit Depression einzusetzen.

«Der grosse Verdienst von Philipp Meyer und seinem Team ist es, eine Möglichkeit gefunden zu haben, mithilfe der Positronen-Emissions-Tomografie (PET) die Menge nikotinischer Acetylcholinrezeptoren im Gehirn der Patienten erfassen zu können», erklärt der Leipziger Klinikdirektor Prof. Dr. Osama Sabri.

Für die Studie wurden mehr als 140 Patienten mit neurodegenerativen Erkrankungen wie Parkinson oder Demenz untersucht – wobei jede der aufwendigen

Untersuchungen, die in Kooperation mit den Kliniken für Neurologie, Prof. Dr. Johannes Schwarz, und Psychiatrie, Prof. Dr. Hermann-J. Gertz, durchgeführt wurden, mehr als sieben Stunden dauerte. jro



▲ Philipp Meyer fand heraus, dass bei Parkinsonbetroffenen mit Depressionen bestimmte Rezeptoren im Gehirn in ungenügender Zahl vorliegen.

Stenogramm

Parkinson-Nachrichten aus aller Welt

Parkinsonkranke: Oft Vitamin-D-Mangel
Laut einer US-Studie sind mehr als 50 Prozent der Parkinsonpatienten von einem Vitamin-D-Mangel betroffen. Für die Studie wurden die Vitamin-D-Werte von je 100 Parkinson- und Alzheimerpatienten mit den Werten gleichaltriger Gesunder verglichen. 55 Prozent der Parkinson- und 41 Prozent der Alzheimerpatienten hatten einen Mangel an Vitamin D, aber nur 36 Prozent der Gesunden. Vitamin D ist wichtig für die Osteoporose-Prophylaxe und die Knochenstabilität (Frakturschutz).

Quelle: Arch Neurol 65, 2008, 1348

Parkinson wegen Walfleisch-Konsum?

Eine Studie der Süddänischen Universität (SDU) kommt zum Schluss, die vergleichsweise hohe Rate Parkinsonkranke auf den Färöer-Inseln hänge mit dem Konsum von Walfleisch zusammen. Das auf den Färöern beliebte Grindwalfleisch ist mit Umweltgiften wie Methylquecksilber oder polychlorierten Biphenylen (PCB) stark belastet. Diese stehen im Verdacht, das Risiko einer Parkinsonerkrankung steigern zu können. Fakt ist: Während in Dänemark im Schnitt eine

von 1000 Personen im Lauf ihres Lebens an Parkinson erkrankt, sind es auf den Färöern doppelt so viele. Der im färöischen Gesundheitswesen für Volksgeundheit zuständige Oberarzt Pal Weihe forderte nach Bekanntwerden der Studie die Bevölkerung auf, künftig auf Walfleisch und -speck zu verzichten. jro

EMA prüft Parkinsonmedikament

Die Berliner Axxonis Pharma AG hat bei der Europäischen Arzneimittelagentur EMA die Zulassung ihres Medikaments Nenad® beantragt. Dieses enthält den Dopaminagonisten Lisurid, ein Ergotderivat, das früher als «Dopergin» im Handel war. Nenad soll neu als Lisurid-Pflaster zur Zusatzbehandlung von Parkinson und zur Therapie des Restless-Legs-Syndroms sowie zur subkutanen Infusionstherapie bei fortgeschrittenem Parkinson eingesetzt werden. jro

Schmerzempfinden bei Parkinson gestört
Forscher aus Bari (Italien) haben 400 Parkinsonkranke und 300 gleich alte, gesunde Personen untersucht und festgestellt, dass die Parkinsonpatienten offenbar ein gestörtes Schmerzempfin-

den haben. So klagten 70 Prozent der Parkinsonkranken, aber nur 63 Prozent der Kontrollpersonen über regelmäßige Schmerzen. Dabei liess sich der Unterschied nur teilweise auf Dystonie-Schmerzen zurückführen. Die Forscher vermuten, dass durch den Zelltod bei Parkinson auch die Schmerzverarbeitung in den Basalganglien gestört sein kann.

Quelle: Arch Neurol 65, 2008, 1191

3 Millionen Euro für bessere Implantate
Die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) hat der Universität Rostock für ein Forschungsprojekt drei Millionen Euro (rund 4,8 Mio. Franken) bewilligt. Bis 2012 sollen Wissenschaftler an funktionelleren, haltbareren und verträglicheren Implantaten forschen und die Einflüsse der Materialien auf den menschlichen Organismus untersuchen. Im Fokus der Forschung stehen neben neuartigen Implantaten für Hörgeschädigte und mit elektrischen Mikrobauteilen ausgerüsteten Endoprothesen auch optimierte Hirnschrittmacher zur Therapie der durch Parkinson oder multiple Sklerose verursachten Bewegungsstörungen.

Quelle: Ärzte-Zeitung

Genforschung

Neue Stammzelllinien entwickelt

US-Forscher der Harvard-Universität haben 20 spezifische Stammzelllinien hergestellt, welche die Erforschung von Leiden wie Parkinson, Diabetes und Down-Syndrom beschleunigen sollen. Dafür programmierten sie ausdifferenzierte Zellen betroffener Patienten in eine Art embryonales Stadium zurück. Solche «induzierten pluripotenten Stammzellen» (iPS-Zellen) sind erst seit kurzer Zeit herstellbar.

Laut Doug Melton, Direktor des Stammzellinstituts der Harvard-Universität, sollen die neuen Zelllinien im zentralen Magazin «iPS Core» gelagert und der internationalen Stammzellforscher-Gemeinschaft zugänglich gemacht werden. So soll die globale Entwicklung von Gentherapien und Medikamenten vorangetrieben werden. Die Forschung mit originären embryonalen Stammzellen werde dadurch aber nicht überflüssig, betonen die Forscher. *jro*

Mehr Fitness mit Nordic Walking

Die «nordische» Art des Laufens mit Stöcken ist für Parkinsonkranke ein idealer Sport: Leicht zu lernen, sicher und besonders wirkungsvoll.



Foto: fotolia.de

▲ Nordic Walking: Die Stöcke geben Sicherheit, und in der freien Natur blüht die Seele richtig auf.

Bewegung wirkt sich laut einer Studie der Universitätsklinik Giessen positiv auf die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit von Parkinsonpatienten aus. Laut der Neurologin Iris Reuter, welche die Studie leitete, können durch regelmässiges Nordic-Walking-Training Gleichgewicht, Haltungsstabilität und Ganggeschwindigkeit der Erkrankten verbessert werden. Reuters Team liess für die Studie 38 Parkinsonbetroffene während dreier Monate zweimal wöchentlich ein bis zu 75 Minuten dauerndes Nordic-Walking-Training absolvieren. Ihre Daten wurden mit denen von 20 Erkrankten, die keinen Sport machen, verglichen. Resultat: Bei den 38 Nordic-Walkern nahmen die Aktivitäten des täglichen Lebens zu, ihr «emotionales Wohlbefinden» besserte sich. Auch verbesserten sich durch das Training die eingeübten Bewegungen. Ein Transfer dieser Besserung auf andere motorische Bereiche war aber nicht feststellbar. *jro*

Medikamente

Neupro-Pflaster müssen künftig im Kühlschrank gelagert werden

Die UCB-Pharma AG, Herstellerin des Rotigotin-Pflasters Neupro, weist darauf hin, dass Neupro künftig im Kühlschrank bei 2 bis 8°C (aber keinesfalls einfrieren!) gelagert werden muss. Damit reagiert die Herstellerin auf im April 2008 bekannt gewordene Probleme mit einer Auskristallisation des Wirkstoffes auf dem Pflaster.

Ende Oktober 2008 hat UCB in Absprache mit dem Schweizerischen Heilmittelinstitut Swissmedic alle auf dem Markt befindlichen Chargen von Neupro, transdermales Pflaster, zurückgerufen und gegen neu hergestellte Chargen mit angepasstem Lagerungshinweis (Lagerung im Kühlschrank bei 2 – 8°C) ausgetauscht. Laut UCB können Patientinnen und Patienten die noch in ihrem Besitz befindlichen Pflaster bedenkenlos aufbrauchen – es sei denn, auf den Pflastern wäre der Wirkstoff bereits auf mehr als 30 Prozent der Fläche auskristallisiert. Wäre dies der Fall, sollen die Pflaster in die Apotheke zurückgebracht und gegen neue Pflaster umgetauscht werden.

Mehr Informationen finden Sie auf www.parkinson.ch unter «Wichtiges in Kürze». Bei Unklarheiten kontaktieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker. *jro*

Ernährung

Mittelmeerküche ist sehr gesund

Wer sich mediterran ernährt – also mit viel Olivenöl, Gemüse, Obst, Getreide und Fisch, aber wenig Fleisch und Milchprodukten –, kann das Risiko für chronische Erkrankungen senken. Das ergab die Auswertung von 12 Studien mit rund 1,5 Millionen Teilnehmern durch Forscher der Universität Florenz. Laut diesen senkt eine strikt mediterrane Ernährung die Gesamtsterblichkeit um 9, das Risiko für Parkinson und Alzheimer um 13, jenes für Herz-Kreislauf-Erkrankungen um 9 und das Tumorrisiko um 6 Prozent. *Quelle: British Medical Journal*

Forschung

Medikamente aus der Natur

Pharmazeuten der Karl-Franzens-Universität Graz suchen in der chinesischen Heilkunde nach Hinweisen auf aus Pflanzen gewonnene Arzneien gegen Parkinson und Alzheimer. Dabei fokussieren sie sich auf Naturstoffe, deren Wirkung wissenschaftlich gesichert ist. Ein solches «natürliches» Arzneimittel ist in Österreich schon auf dem Markt: Das zur Alzheimertherapie eingesetzte Galantamin wird aus Schneeglöckchen gewonnen. In der Schweiz wird es synthetisch hergestellt und als «Reminyl» vermarktet. *jro*

Ernährung

Kaffee hält neurale Zellen fit

Koffein schützt möglicherweise die Nervenzellen und kann das Risiko für eine Parkinsonerkrankung mindern. Zu diesem Schluss kommt ein Forscherteam aus Honolulu in Hawaii aufgrund einer Studie, für die über 30 Jahre hinweg die Daten von rund 8000 Menschen untersucht wurden. Dabei stellten die Forscher fest, dass Nicht-Kaffee-Trinker fünf Mal häufiger an Parkinson erkranken als



Menschen, die täglich vier bis fünf Tassen Kaffee trinken. Auch Menschen, die nur zwei bis drei Tassen Kaffee täglich trinken, haben ein klar geringeres Parkinsonrisiko. Ähnlich positiv wirken gemäss der Studie auch Schokolade, Tee und Cola-Produkte. Die Forscher gehen davon aus, dass das in diesen Produkten enthaltene Koffein die Nervenzellen schützt.

Quelle: Journal of the American Medical Association

Prominente Leidensgenossen

Ryan Reynolds lief für Parkinson

US-Schauspieler Ryan Reynolds (31) bestritt am 2. November 2008 den New York City Marathon. Ziel der Aktion: Reynolds, dessen Vater Jim während 15 Jahren an Parkinson litt, wollte Geld für die Parkinsonforschung sammeln. Ryan Reynolds, Ehemann von Hollywood-Schauspielerin Scarlett Johansson, erklärte im Vorfeld: «Ich bin kein Läufer. Ich bin ein Witz am laufenden Band. Um vier Uhr in der Früh aufzustehen und zwischen 11 und 23 Meilen zu laufen, kommt mir schrecklich vor. Aber ich mache es zu Ehren meines Vaters. Und ich hege die grosse Hoffnung, dass sowohl die Geschichte meines Vaters als auch mein Ziel, die erste Person zu sein, die auf einer Strecke von 26,2 Meilen durchgehend heult, sehr viele Menschen inspiriert, etwas zu spenden.» Reynolds beendete den Marathon in weniger als 4 Stunden und sammelte 80000 Dollar. ■

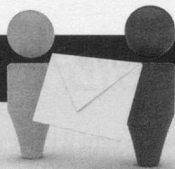


Google-Gründer Sergey Brin hat ein erhöhtes Parkinsonrisiko



Google-Mitgründer Sergey Brin (35) hat aufgrund einer Genmutation ein erhöhtes Risiko, an Parkinson zu erkranken. Ans Licht kam die erbliche Veranlagung, als sich

der gebürtige Moskauer bei dem von seiner Ehefrau Anne Wojcicki betriebenen Gentest-Dienst «23andMe» testen liess. Dabei wurde bei ihm dieselbe Genmutation entdeckt wie bei seiner seit 20 Jahren an Parkinson leidenden Mutter. Laut Experten der Neurologischen Abteilung des Beth Israel Medical Center in New York liegt Brins Risiko einer Parkinsonerkrankung bei 30 Prozent. Nun will der im Forbes-Ranking der reichsten Amerikaner auf Platz 13 geführte Brin weitere Gelder für die Erforschung der Krankheit zur Verfügung stellen. Brins Familie hat bereits den Eugenia Brin Lehrstuhl an der University of Maryland School of Medicine zur Erforschung von Parkinson gestiftet. ■



Leserpost

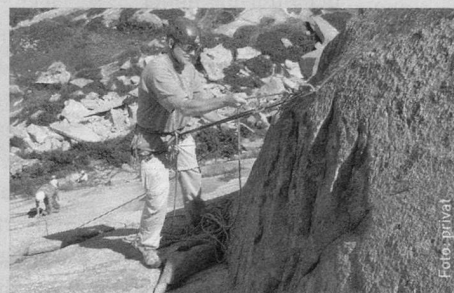
«Klettern ist für Parkinsonpatienten wirklich empfehlenswert»

Zu «Klettertherapie gegen Parkinson», Parkinson Nr. 91, Sept. 2008, S. 7

Ich habe in Parkinson Nr. 91 über das Klettern als Therapie gelesen. Ich finde das eine sehr gute Sache. Selber bin ich Parkinsonpatient und betreibe Bergsport noch im Rahmen meiner Möglichkeiten. Dazu gehört klettern im Klettergarten und auf Touren. Für mich ist das die bestmögliche Therapie mit der nachhaltigsten Wirkung. Nach jedem Einsatz fühle ich mich mit meiner Krankheit um Jahre zurückversetzt; Geist und Körper haben «grosse» Leistungen erbracht, sind gelockert, und das Gelingen löst grosse Befriedigung aus. Klettern entwickelt und schärft bei gesunden und auch weniger gesunden Menschen viele kognitive Fähigkeiten. Auch die kameradschaftliche Beziehung, die sich mit dem jeweiligen Kletterpartner bildet,

wirkt wie Medizin. Ich kann – aus meiner eigenen Erfahrung – das Klettern für jeden an Parkinson erkrankten und noch einigermaßen beweglichen Menschen empfehlen.

Christian Schneider, 3705 Faulensee



▲ Christian Schneider weiss: Klettern ist für alle noch einigermaßen beweglichen Parkinsonbetroffenen eine sehr empfehlenswerte Sportart.

«Mehr Lebensqualität dank Rehabilitation mit Hora-Therapie»

Erfahrungsbericht einer Patientin über die nichtmedikamentöse Hora-Therapie

Als mir von meinem Arzt eine Rehabilitation empfohlen wurde, konnte ich dank meiner Krankenkasse Swica zwei Wochen in die Hora-Akademie von Peter Hornung im deutschen Münsingen reisen. Was ich dort erlebte, möchte ich an andere Betroffene weitergeben. Die Hora-Therapie zielt darauf, den Patienten ein besseres Leben mit Parkinson zu ermöglichen. Die Betreuung folgt dabei dem System «Ein Patient – ein Therapeut». Die Methode besteht aus einer Kombination von Krafttraining, Koordinationstraining, verschiedener Gymnastik, Atemtherapie, Yoga, Nordic Walking etc. – alles Dinge, die

für mich Wunschträume waren. Doch nach zwei Wochen Hora-Therapie sah dies anders aus. Ich kann wieder sicher laufen (auch rückwärts!), was vorher nicht möglich war. Ich kann wieder joggen, tanzen, und auch meine Sprache, die vorher oft aussetzte, funktioniert wieder. Mit dem Schreiben, das gar nicht mehr ging, mache ich täglich Fortschritte. Ich konnte meine Medikation um mehr als die Hälfte reduzieren, habe mein Lachen und meine Lebensfreude wieder gefunden. Natürlich muss ich dazu täglich üben, üben und nochmals üben – anhand meines persönlichen Trainingsplanes, den ich erhalten habe. Ich hoffe, dass, wenn ich 2009 zur Wiederholung nach Münsingen reise, es mir noch besser geht – so wie den vier Patient(inn)en, die ich dort kennengelernt habe.

Annamarie Locher, 8360 Eschlikon



▲ Bewegung hält fit: Annamarie Locher trainiert täglich strikt nach dem Plan, den sie von ihrem Therapeuten erhielt. Mit Erfolg, wie sie schreibt.

Anmerkung der Redaktion:
Bitte wenden Sie sich für weitere Informationen direkt an: Hora GmbH, Wolfgartenstrasse 43, D-72525 Münsingen, Tel. 0049 7381 1257, Fax 0049 7381 931 850, E-Mail: info@hora-akademie.de, Internet: www.hora-akademie.de

NACHRICHTEN AUS DEN PARKINSON-SELBSTHILFEGRUPPEN

SHG JUPP Pilatus: Spass trotz Regen

Der Herbstausflug der JUPP-Selbsthilfegruppe Pilatus war Petrus in seiner Agenda wohl vergessen gegangen: Am Morgen des 13. September 2008 regnete es wie aus Kübeln. Die Organisatoren Walter Distel, Toni Koch und Vreni Schmocker liess das schlechte Wetter aber kalt – ihr Ausflugsprogramm war wetterunabhängig: Sie hatten ins Landwirtschaftsmuseum Burgrain in Alberswil geladen. Dort begann das Herz der 14 Teilnehmenden bei der Führung höher zu schlagen. Wiederholt war «... weisch no, fröhner ...!» zu hören, und die zwei Stunden vergingen wie im Flug. Danach reiste die muntere Truppe nach Ettiswil ins romantische Wasserschloss Wyher, wo weitere Mitglieder zur Gruppe stiessen. Nach dem Mittagessen gab es eine Filmvorführung und später eine Schlossbesichtigung. Es war spannend zu erfahren, wer die Besit-



▲ Spass besiegt den Regen: Die SHG JUPP Pilatus hatte beim Herbstausflug beste Laune.

zer gewesen waren und wie sie gelebt hatten. Zwar wurden sowohl ein hübsches Schlossfräulein (für die männlichen Teilnehmer) als auch ein edler Ritter (für die Teilnehmerinnen) vergebens gesucht. Doch ein Dessertbuffet und Kaffee entschädigten für das Entgangene. Auch dass der geplante Spaziergang auf dem Naturlehrpfad Buchwald mangels Gummistiefeln buchstäblich ins Wasser fiel, störte an diesem Tag niemanden. Denn trotz Regen hatte die Gruppe eine gute Zeit – dem OK sei Dank.

Vreni Schmocker

SHGs Graubünden: Tagung in Klosters

Im September tagten die Selbsthilfegruppen von Graubünden (Engadin und Chur) zum 6. Mal in Klosters. Judith Giovanelli-Blocher begeisterte die Anwesenden mit ihrem Vortrag «Trotz Krankheit und Alter bleibe ich die Persönlichkeit, die ich war und bin». Sie ermunterte uns auch, täglich eine kleine Tat (petite oeuvre) auszuführen, welche nicht zum normalen Alltag gehört. Beispielsweise könne man sich etwas Besonderes anschauen oder auch nur jemandem ein Lächeln schenken. Im Anschluss stellte uns Christian Mathis Klosters vor und beleuchtete dessen Geschichte von der Gründung bis zum heutigen Sportort. Es war ein spannender Tag, der Freude und neue Ideen brachte.

Roland Markoff

SHGs Raum Zürich: Fröhliche Schifffahrt

Die Selbsthilfegruppen Rechtes Zürichseeufer und Zürcher Oberland/Tösstal unternahmen im Juli eine Schifffahrt auf



Foto: Rent a Brain®

▲ Schifffahrt auf dem Greifensee: Die zwei SHGs Rechtes Zürichseeufer und Zürcher Oberland/Tösstal erlebten einen spannenden Tag «auf See».

dem Greifensee. Zum Ausflug eingeladen wurden die beiden SHGs von den zwei Lions Clubs Forch und Stäfa – und das bereits zum zehnten Mal in Folge. Nicht nur dank des herrlichen Wetters, sondern auch aufgrund der tollen Organisation war der Tag für alle Beteiligten ein Highlight.

Anna Eijsten

SHG JUPP Grenchen: Bastelanleitung

Die Mitglieder der JUPP Grenchen lernten beim Treffen im September, wie sie originelle Karten selbst basteln können: Man legt einen passenden Papierbogen in den Deckel eines Schuhkartons und platziert daneben zwei, drei Tupfer verdünnte Acrylfarbe. Dann legt man eine oder zwei Murmeln in die Schachtel und lässt diese wiederholt durch die Farbe und über das Papier rollen. So erhält man bunt gemusterte Papiere, die zugeschnitten als Karten, Glasuntersetzer und anderes mehr Verwendung finden. Viel Spass beim Nachmachen.

Heidi Grolimund

AUFRUF

Gesucht: Jüngere Männer, die sich um ihre kranke Partnerin und die Kinder kümmern müssen, Raum Ostschweiz

Als 49-jähriger Familienvater, dessen Frau seit vier Jahren an Parkinson erkrankt ist, suche ich Kontakt zu Männern in der gleichen Situation. Männer, die wissen, wie schwer es ist, wenn Beruf, Haushalt, Krankheit und die Erziehung der Kinder parallel bewältigt werden müssen. Männer, die sich – wie ich – ihren familiären Problemen nicht mehr mit dem Spruch «Sorry, ich muss jetzt zur Arbeit – aber du regelst das schon» entziehen können.

Gemeinsam wäre vieles leichter – doch bisher habe ich das Gefühl, der Einzige in einer solchen Situation zu sein. Ich wäre daher froh, wenn einige jüngere Männer in vergleichbarer Situation den Mut hätten, sich bei mir zu melden!

Emil Sauter, emil.sauter@bluewin.ch

INTERESSE AN EINER ANGEHÖRIGEN-SHG?

Parkinson Schweiz sucht Interessierte zur Gründung neuer Angehörigen-SHG in Bern, Luzern und Zürich

Erfahrungen und Informationen austauschen, Anregungen weitergeben, in der Gemeinschaft Lösungsansätze für Probleme finden und so Eigenverantwortung und Selbstständigkeit fördern. All dies hilft den Angehörigen Parkinsonkranker, ihr Leben besser zu meistern.

Auf Wunsch von Angehörigen wollen wir in Bern, Luzern und Zürich weitere Angehörigen-SHG gründen.

Wollen Sie in einer Angehörigen-SHG mitwirken? Dann kontaktieren Sie uns – wir bringen den Stein ins Rollen!

Parkinson Schweiz, Gewerbestrasse 12a, 8132 Egg, Telefon 043 277 20 77, E-Mail: susi.obrist@parkinson.ch oder ruth.dignoes@parkinson.ch

Wenn Hausärzte gerne die Schulbank drücken

Zwischen August und Dezember 2008 führte Parkinson Schweiz zusammen mit Spezialisten des Fachlichen Beirates Weiterbildungs-Workshops für Hausärzte durch. Diese erfuhren dort alles Wissenswerte zu Diagnose, Therapie und Betreuung ihrer Parkinsonpatientinnen und -patienten.

Kaum eine Beziehung ist für den Menschen wichtiger als die zu seinem Hausarzt. Nicht erst seit viele Krankenkassen mit Prämienanreizen für sogenannte Hausarzt-Modelle locken, vertraut die Mehrheit der Bevölkerung zuallererst auf das Urteil von Hausarzt oder Hausärztin. Die Allgemeinmediziner sind wichtige Personen des Vertrauens und werden im Lauf des Lebens nicht selten zu persönlichen Freunden ihrer Patientinnen und Patienten.

Umso wichtiger ist es, dass die Hausärzte nicht nur über die «normalen» Krankheiten, sondern auch über chronische Erkrankungen bestens Bescheid wissen – insbesondere, wenn es sich um derart komplexe und schwerwiegende Erkrankungen handelt wie Parkinson. Daher engagiert sich Parkinson Schweiz parallel zur Aus- und Weiterbildung der Pflegefachpersonen (siehe Parkinson 91, Sept. 2008, S. 8) auch in der Fortbildung der Allgemeinmediziner.

Workshops für Allgemeinmediziner

Im zweiten Halbjahr 2008 organisierte die Vereinigung zusammen mit den Spezialisten des Fachlichen Beirates unter Leitung von Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin eine «Roadshow» mit Workshops zum Thema «Parkinson – State of the Art und Fallbeispiele». Dabei schulten die Neurologen Dr. med. Fabio Baronti, Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin, Prof. Dr. med. Mathias Sturzenegger und Dr. med. Daniel Waldvogel in Bern, Biel, Liestal, Luzern, Olten, St. Gallen, Winterthur und Zürich zahlreiche Allgemeinmediziner. Neben der Vermittlung der neusten Erkenntnisse zu Diagnose, Therapie, begleitenden Massnahmen und Langzeittherapieproblematik stand dabei auch die Diskussion aktueller Fallbeispiele der anwesenden Ärztinnen und Ärzte auf dem Programm. Dieser enge Praxisbezug der Workshops, bei denen die Neurologen jeweils von einem Allgemeinmediziner als zweitem Referenten unterstützt wurden, stiess bei den teilnehmenden Ärztinnen und Ärzten auf ebenso hohe Akzeptanz wie die ungezwungene Atmosphäre und der kompakt, aber nicht zu eng gesteckte Zeitrahmen der Veranstaltungen.



▲ Alleine zum Workshop von Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin beim Schweizer Kongress für Allgemeinmedizin an der Zürcher Universität Irchel kamen mehr als 40 Allgemeinmediziner.

Hausärzteausbildung ist Basisarbeit

Wie wichtig solche Workshops sind, schildert Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin: «Nur wenn der Hausarzt weiss, wie er die bei einer Patientin oder einem Patienten beobachteten Kardinalsymptome korrekt einzuordnen hat und wie er dabei differentialdiagnostisch ein idiopathisches Parkinsonsyndrom von anderen Formen der Parkinsonkrankheit respektive anderen neurologischen Erkrankungen abgrenzen kann, haben die Patienten grosse Sicherheit, keiner Fehldiagnose zu unterliegen.» Zur Untermauerung dieser These verweist Ludin auf Statistiken, denen zufolge bis zu 15 Prozent der Patientinnen und Patienten mit der Diagnose «idiopathisches Parkinsonsyndrom» die Diagnosekriterien nicht oder nur teilweise erfüllen. Andererseits werden 20 Prozent der Parkinsonpatienten nicht als solche erkannt und behandelt.

Ist ein idiopathisches Parkinsonsyndrom erst zweifelsfrei diagnostiziert, ist die für die betroffene Person optimale Therapie zu eruieren. «Diese muss für jede Patientin und jeden Patienten individuell zusammengestellt werden, abhängig von Alter, Leidensdruck, Krankheitsstadium und Lebenssituation der Betroffenen», erklärt Ludin, der als Vorsitzender der Arbeitsgruppe der Therapiekommission der Schweizerischen Neurologischen Gesellschaft erst kürzlich eine revidierte Fas-

sung der Richtlinien für die Parkinsontherapie publizierte (siehe Bericht S. 10 in Parkinson 91 vom September 2008). Und natürlich müssen alle verordneten Therapiemassnahmen regelmässig kontrolliert und dem Krankheitsverlauf entsprechend modifiziert oder erweitert werden. Dabei müssten, erläutert Ludin, die in der Langzeitbehandlung problematischen medikamentösen Therapien ebenso gegen die damit erzielbare Linderung der Symptome abgewogen werden, wie es gelte, regelmässig die Notwendigkeit begleitender Therapiemassnahmen wie Logopädie, Physio-, Ergo- oder Psychotherapie eingehend zu prüfen. Im Fokus von Ludins Ausführungen steht auch die Erkenntnis, dass Parkinson keine «blosse Dopaminmangel-Erkrankung», sondern eine Erkrankung praktisch des ganzen Gehirns ist, bei der vor allem die nicht-dopaminergen Symptome im späteren Krankheitsverlauf das eigentliche Problem sind.

Da die Medizin diesbezüglich ständig neue Erkenntnisse sammelt, ist es wichtig, dass die Schweizer Hausärztinnen und -ärzte regelmässig über den aktuellen Stand der Entwicklung informiert werden. Aus diesem Grund wird sich Parkinson Schweiz zusammen mit den Spezialisten des Fachlichen Beirates auch in den kommenden Jahren in der Ärztesweiterbildung engagieren. ■