

# Aktuell

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2009)**

Heft 93: **Mobil bleiben mit Gymnastik = Rester mobile grâce à la gymnastique = Mantenere la mobilità con la ginnastica**

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.

## Stabübergabe: Tessiner Büro unter neuer Leitung

Seit 1. März 2009 leitet Roberta Bettosini das Tessiner Regionalbüro von Parkinson Schweiz. Sie tritt die Nachfolge von Osvaldo Casoni an, der sich aus familiären Gründen von seinem Amt zurückzog.

Nach rund vier Jahren ehrenamtlicher Tätigkeit für Parkinson Schweiz hat Osvaldo Casoni die Leitung des Tessiner Regionalbüros abgegeben, um sich noch intensiver um seine an Parkinson erkrankte Gattin kümmern zu können. Osvaldo Casoni bleibt der Vereinigung als Vertreter der italienischsprachigen Schweiz im Vorstand verbunden. Seine Nachfolge als Leiterin unseres Ufficio svizzera italiana hat per 1. März 2009 Roberta Bettosini übernommen. Die 45-Jährige verfügt über langjährige Erfahrung im Sozialversicherungs- und im Finanzsektor. Roberta Bettosini war mehrere Jahre bei der Gemeinde angestellt, wo sie die Bürgerinnen und Bürger in Altersfragen und in Sozialangelegenheiten beriet und unterstützte. In ihrer Freizeit engagiert sie sich seit Jahren ehrenamtlich im sozialen Bereich und ist in mehreren Vereinigungen aktiv.

Zur Parkinsonkrankheit hat sie ein sehr direktes Verhältnis: Ihr Grossvater litt an einer «leichten Form von Parkinson», wie sie erklärt. «Daher konnte ich im direkten täglichen Kontakt mit einem Patienten eindrucksvolle Erfahrungen sammeln, die mir bei meiner neuen Aufgabe sicher helfen werden.»

Parallel zur Leitung des Tessiner Büros, die sie im 20%-Pensum übernimmt, bleibt Roberta Bettosini ihrer bisherigen Teilzeitstelle beim Multimedia-Zentrum der RTSI treu. Roberta Bettosini wird sich bei Parkinson Schweiz um die Organisation der Informationstagungen und die Koordination der Selbsthilfegruppen kümmern. Zudem beantwortet sie Anfragen der Mitglieder, macht die Aktivitäten und Dienstleistungen von Parkinson Schweiz im Tessin bekannt und pflegt den Kontakt zur Geschäftsstelle von Parkinson Schweiz in Egg.



▲ Abschied und Neuanfang: Osvaldo Casoni übergab die Leitung des Tessiner Büros an Roberta Bettosini.

**Neue Adresse des Tessiner Büros:**  
Parkinson Svizzera, Ufficio svizzera italiana, Piazzora da Vira, 6805 Mezzovico,  
Tel. 091 755 12 00, Fax 091 755 12 01,  
E-Mail: [info.ticino@parkinson.ch](mailto:info.ticino@parkinson.ch)

## Elisabeth Ostler: Unsere neue Mitarbeiterin in Egg

Seit 1. Februar 2009 verstärkt Pflegefachfrau Elisabeth Ostler als Leiterin des Fachbereichs «Pflege» das Team der Geschäftsstelle in Egg. Wir stellen Ihnen die 49-jährige Schweizerin vor.



Elisabeth Ostler (49) ist diplomierte Pflegefachfrau. Sie arbeitete während 21 Jahren an der Neurologischen Klinik am Kantonsspital St. Gallen. Von 2003 bis 2008 war sie als Parkinson Nurse im Parkinsonzentrum der HUMAINE Klinik Zihlschlacht im Kanton Thurgau tätig.

Geht es um Fragen zur Pflege parkinsonkranker Menschen, ist Elisabeth Ostler die Ansprechperson der Wahl. Die diplomierte Pflegefachfrau hat mehr als 25 Jahre Berufserfahrung und arbeitete in den vergangenen fünf Jahren als Parkinson Nurse im Parkinsonzentrum der HUMAINE Klinik Zihlschlacht. Bereits in dieser Zeit unterstützte sie Parkinson Schweiz bei der Entwicklung von Weiterbildungskursen zum Thema «Pflege von Menschen mit Parkinson». 2008 leitete sie selbst Weiterbildungskurse an diversen Schweizer Schulungsinstitutionen für Pflegefachkräfte und – zusammen mit den dortigen Neurologen – an mehreren Schweizer Spitälern, etwa am Inselspital Bern.

Bei Parkinson Schweiz übernimmt Elisabeth Ostler im 80-Prozent-Pensum die Leitung des Bereichs «Pflege». Sie wird sich einerseits für die verstärkte Aus- und Weiterbildung der Schweizer Pflegefachkräfte einsetzen und schweizweit entsprechende Kurse abhalten. Zudem wird sie die 2008 begonnene Kooperation mit

der Hochschule für Angewandte Wissenschaften FHS St. Gallen intensivieren, mit dem Ziel, angehende Berufsfachleute aus dem Bereich Pflege bereits während ihrer Ausbildung gezielt für das Thema Parkinson zu sensibilisieren und entsprechend ausbilden zu können.

Zum anderen steht Elisabeth Ostler als Beraterin für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen zur Verfügung. Am Telefon (043 277 20 77), via E-Mail ([elisabeth.ostler@parkinson.ch](mailto:elisabeth.ostler@parkinson.ch)) oder per Brief beantwortet sie alle Fragen rund um die Pflege und eine bestmögliche Alltagsbewältigung mit Parkinson.

Beide Aspekte ihrer Arbeit sind ihr gleich wichtig – und mit beiden leistet sie einen unmittelbaren Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität der von Parkinson betroffenen Menschen in der Schweiz.

Das Team von Parkinson Schweiz freut sich über die kompetente, erfahrene Verstärkung. Mit Elisabeth Ostler stösst eine ausgewiesene Fachperson zu uns, die sich mit grossem Fachwissen und viel Elan für unsere Ziele einsetzen wird. Peter Franken

# Parkinson Schweiz – Agenda für das Frühjahr 2009

## Parkinson-Informationstagungen im ersten Halbjahr 2009

24. Juni	Universitätsspital, Zürich
9. Juli	Klinik Valens, Valens

## Infotagung, Universitätsspital Zürich (USZ), Mi., 24. Juni

- 13.30 **Begrüssung:** Prof. Dr. med. Claudio Bassetti, Stv. Klinikdirektor, Neurologische und Poliklinik USZ sowie Vizepräsident der Schweiz. Neurolog. Gesellschaft (SNG)
- 13.45 **Vortrag:** «Mobilität bei Patientinnen und Patienten mit Parkinsonsyndrom», Prof. Dr. med. Claudio Bassetti
- 14.15 **Vortrag:** «Medizinische und chirurgische Behandlung des Morbus Parkinson», PD Dr. med. Christian Baumann, Oberarzt, Neurologische Klinik, USZ
- 14.45 **Kaffeepause**
- 15.15 **Vortrag:** «Mobilitätsverbesserung durch Neurorehabilitation», Dr. med. Daniel Zutter, Ärztl. Direktor HUMAINE Klinik Zihlschlacht
- 15.45 **Vortrag:** «Wunsch nach mehr Mobilität – was kann die Physiotherapie leisten?», Annette Kurre, Physiotherapie Neurologie, Universitätsspital Zürich (USZ)
- 16.15 **Diskussionsrunde**
- 16.45 **Ende der Tagung**

**!** Anmeldung bis spätestens **22. Mai 2009** an:  
Parkinson Schweiz, Postfach 123, 8132 Egg, Tel. 043 277 20 77,  
Fax 043 277 20 78, E-Mail: info@parkinson.ch

## Infotagung, Klinik Valens, Rehabilitationszentrum, Do., 9. Juli

- 12.00 **Mittagessen** im Kurhotel (Kosten: CHF 28.–/Person)
- 13.30 **Begrüssung:** Prof. Dr. med. Jürg Kesselring, Chefarzt Neurologie, Klinik Valens
- 13.40 **Vortrag:** «Die Bedeutung der Physiotherapie bei Morbus Parkinson», Franziska Spreitler, Physiotherapeutin
- 14.05 **Gemeinsames Singen**, mit Hans Neuhaus, Wetzikon
- 14.20 **Vortrag:** «Störungen im Urogenitaltrakt bei Parkinson», Dr. med. Eugen Riedi, Leitender Arzt Urologie, Chur
- 14.45 **Kaffeepause**
- 15.15 **Vortrag:** «Geistige Beweglichkeit», Frau Dr. med. Verena Kesselring, Oberärztin Neurologie, Klinik Valens
- 15.40 **Rhythmus und Musik**, Imelda Schneider und Flavia Fluor, Rekreationstherapeutinnen
- 16.05 **Diskussionsrunde**
- 17.00 **Ende der Tagung**, Abfahrt des Postautos: 17.03 Uhr

**!** Anmeldung bis spätestens **15. Juni 2009** an:  
G. Wytttenbach, Sekr. Prof. Kesselring, Klinik Valens, Tel. 081 303 14 08,  
Fax 081 303 14 10, E-Mail: g.wytttenbach@klinik-valens.ch

► Alle Termine und mehr Infos finden Sie auf [www.parkinson.ch](http://www.parkinson.ch), Rubrik «Veranstaltungen»

## Seminare für Betroffene im Frühjahr 2009

April / Mai	Grundkurs «Kinaesthetics», Valens
26. Juni	Angehörigenseminar für Jungbetroffene, Zürich

## Grundkurs «Kinaesthetics Pflegende Angehörige»

### Ein Seminar für Paare respektive Betroffene und deren nahe Bezugspersonen, zwei Wochenenden, in der Klinik Valens

Sind Sie als Patientin/Patient im Alltag in der Beweglichkeit eingeschränkt? Brauchen Sie Hilfe beim Aufsitzen, Essen, Bewegen im Bett etc.? Erleben Sie als Angehörige die Hilfestellung für Ihre Partnerin / Ihren Partner als körperlich anstrengend? Haben Sie durch die pflegerischen Tätigkeiten körperliche Beschwerden? Dieses Seminar hilft Ihnen, die Alltagsaktivitäten leichter zu gestalten und Ihre Beweglichkeit zu fördern. Es wird aufgezeigt, wie Sie Ihren kranken Partner auf möglichst geschickte Art so unterstützen können, dass er selber aktiv werden kann. Und das mit möglichst minimalem Kraftaufwand für alle Beteiligten.

**Kursgrösse:** Minimum 4 Paare, Maximum 8 Paare

**Leitung:** Cilly Valär, Kinaesthetictrainerin Stufe III, Valens  
Esther Wintsch, Kinaesthetictrainerin Stufe III, selbstständig

**Ort:** Rehabilitationszentrum Valens

**Daten:** 1. Teil: Freitag und Samstag, 3./4. April 2009  
2. Teil: Freitag und Samstag, 29./30. Mai 2009

**Kosten:** CHF 960.– pro Paar, inkl. VP/DZ und Kursmaterial für Nichtmitglieder: Preis auf Anfrage

**!** Anmeldung bis spätestens **23. März 2009** an:  
Parkinson Schweiz, Katharina Scharfenberger, Postfach 123, 8132 Egg,  
Tel. 043 277 20 77, E-Mail: katharina.scharfenberger@parkinson.ch

## Angehörigenseminar für Jungbetroffene, Zürich, Fr., 26. Juni

### Seminarthema: «Wie kommt das bloss heraus ...?»

Die Diagnose «Parkinson» bedeutet für jüngere Menschen und deren Angehörige tiefe Verunsicherung. Dem Schock auf die Diagnose folgen Ängste, die auch das Leben der Angehörigen stark prägen. Wie sollen wir mit der Krankheit und deren Auswirkungen künftig leben? Was heisst es, die Krankheit des Partners zu «akzeptieren»? Wie ist es möglich, trotzdem auch Sorge zum eigenen Leben zu tragen?

Solchen und ähnlichen Fragen gehen wir in diesem Seminar nach – und suchen dafür nach praktischen Antworten. Damit nicht die Angst das letzte Wort hat.

**Leitung:** Rosemarie Wipf, Theologin und Psychotherapeutin SPV

**Ort:** Zentrum «Karl der Grosse», Kirchgasse 14, 8001 Zürich

**Datum:** Freitag, 26. Juni 2009, von 9 bis 17 Uhr

**Kosten:** für Mitglieder: CHF 75.–, inkl. Mittagessen  
für Nichtmitglieder: Preis auf Anfrage

**!** Anmeldung bis spätestens **22. Mai 2009** an:  
Parkinson Schweiz, Postfach 123, 8132 Egg, Tel. 043 277 20 77,  
Fax 043 277 20 78, E-Mail: info@parkinson.ch

## Neu: Patientenverfügung von Parkinson Schweiz

Parkinson Schweiz hat mit den Spezialisten von Dialog Ethik eine Patientenverfügung für parkinsonbetroffene Menschen erarbeitet. Diese wird im Detail auf der Mitgliederversammlung in Wil vorgestellt.

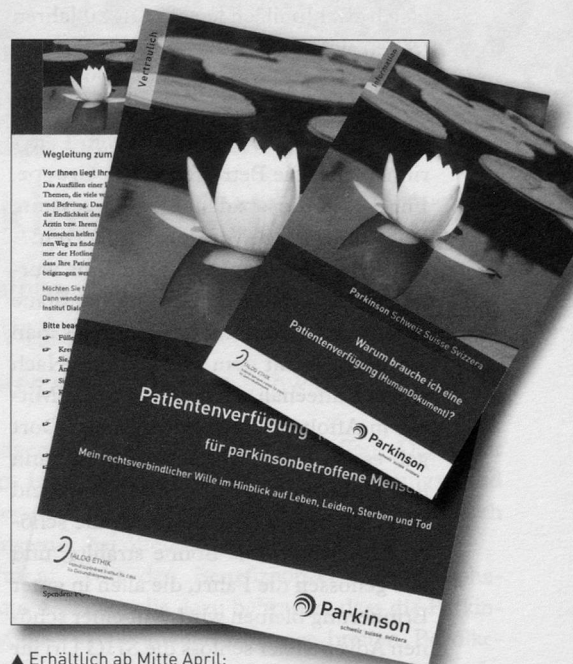
**L**etzte Dinge, alles, was für uns wichtig ist im Leben und im Sterben – ein Thema, das wir alle zu verdrängen gelernt haben. Niemand redet gerne darüber. Dennoch sind Gespräche und Gedanken zu diesem Thema sehr hilfreich – für uns und für unsere Angehörigen.

Mit Fachwissen, Sensibilität und Respekt haben Parkinson Schweiz und die Stiftung Dialog Ethik eine Patientenverfügung für parkinsonbetroffene Menschen verfasst. Dabei wurde gerade den Entscheidungen zu den spezifischen Problemen Parkinsonbetroffener grösste Sorgfalt geschenkt. So können diese ihre Wünsche in Bezug auf die Behandlung bei möglichen künftigen Gesundheitsproblemen festhalten – für den Fall, dass sie einmal nicht mehr urteilsfähig oder nicht mehr in der Lage sein sollten, ihren Willen kundzutun.

Die Patientenverfügung wird auf der Mitgliederversammlung am 13. Juni 2009 in

Wil im Detail vorgestellt. Sie aber können das Dokument, die Informationsbroschüre und die Wegleitung bereits ab Mitte April 2009 für CHF 12.90 auf der Geschäftsstelle bestellen oder gratis von unserer Website [www.parkinson.ch](http://www.parkinson.ch) herunterladen. So können Sie sich – allein oder gemeinsam mit Ihren Angehörigen – in Ruhe damit auseinandersetzen.

Ihre dabei allenfalls aufkommenden Fragen werden Prof. Dr. Hans-Peter Ludin und eine Spezialistin von Dialog Ethik in Wil beantworten. Damit sich die Referenten optimal vorbereiten und ihre Vorträge an den am häufigsten gestellten Fragen ausrichten können, bitten wir Sie, uns Ihre Fragen vorgängig zu senden (per Post an Parkinson Schweiz, Kennwort: Patientenverfügung, Postfach 123, 8132 Egg). So bleibt in der Diskussionsrunde mehr Zeit für die Erörterung von Details. Herzlichen Dank!



▲ Erhältlich ab Mitte April:  
Patientenverfügung für parkinsonbetroffene Menschen, Informationsbroschüre und Wegleitung.

## Die «basel sinfonietta» spielt für Parkinson Schweiz

Am 29. März 2009 gibt die «basel sinfonietta» unter der Leitung von Niklaus Wyss, bekannter Dirigent, Kosmopolit und selbst Parkinsonpatient, in der Tonhalle St. Gallen ein Konzert für Parkinson Schweiz.

**E**s wird ein Abend voll Freude und Musik: Am 29. März um 17 Uhr spielt die basel sinfonietta in der Tonhalle St. Gallen unter Leitung von Niklaus Wyss Werke von Igor Strawinsky, Sergej Prokofjew und Franz Schubert.

Die 1980 von jungen Musikerinnen und Musikern gegründete basel sinfonietta präsentiert zeitgenössische Musik, Unbekanntes und berühmte Werke auf unkonventionelle, bisweilen provokative Art. Damit hat sich das Ensemble international einen Namen geschaffen – auch, weil es für seine Projekte stets renommierte

Gastdirigenten verpflichtet. Getreu dieser Tradition spielt die basel sinfonietta in St. Gallen unter Leitung von Niklaus Wyss. Der 73-jährige Zürcher dirigierte Konzerte, Opern und Oratorien auf vier Kontinenten. Nach dem Start seiner Karriere in Rom trat er in allen Musikmetropolen Europas auf, lebte danach 21 Jahre in den USA, wo er unter anderem in New York, San Francisco und Boston dirigierte. Aber auch in Australien, Japan und China gab er zahlreiche Konzerte. Im Jahr 2001 wurde bei Niklaus Wyss die Parkinsonkrankheit diagnostiziert. Eine

Gehirnoperation und gute Medikamente erlauben es Niklaus Wyss heute, wieder als Dirigent tätig sein zu können. ■

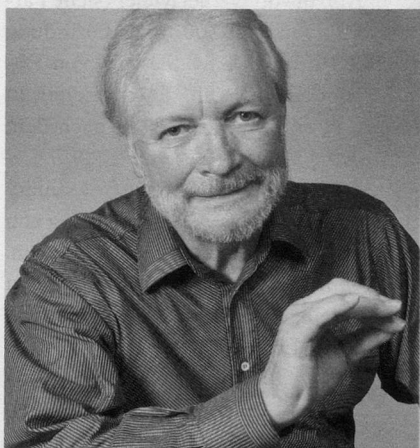
### Konzertinformationen:

**Datum:** 29. März 2009, 17 Uhr

**Ort:** Tonhalle St. Gallen, Museumstrasse 25, 9004 St. Gallen

**Tickets** (drei Kategorien zu CHF 25.– bis 45.–) erhalten Sie bei der Musik Hug AG, Markt-/Spitalgasse 4, 9004 St. Gallen, Tel 071 228 66 13, Fax 071 228 66 19.

Die **Abendkasse** der Tonhalle St. Gallen öffnet am 29. März um 16 Uhr.



Fotos: zVg

## NACHRICHTEN AUS DEN PARKINSON-SELBSTHILFEGRUPPEN

### SHG Uri: Kutschfahrt zum Jubiläum

Die Selbsthilfegruppe Uri konnte 2008 gleich zwei Jubiläen feiern: Seit 20 Jahren treffen sich die Mitglieder einmal monatlich zum Turnen und gemütlichen Beisammensein, und ebenfalls seit 20 Jahren betreut Beatrice Bunschi vom Leiterinnenteam die Betroffenen der Gruppe. Für diesen Einsatz dankt ihr die gesamte Selbsthilfegruppe von ganzem Herzen.

Zur Feier des doppelten Jubiläums wurde ein ganz spezieller Ausflug ins Blaue organisiert. Alle waren gespannt, als man am Morgen mit dem Car startete. Nach einem Kaffeehalt traf die Gruppe am Mittag in Affoltern im Emmental ein. Dort gab es ein feines Mittagessen und dann den Höhepunkt des Tages: Mit Ross und Wagen fuhr die Gruppe durch die schöne Landschaft. Die Sonne strahlte, und alle genossen die Fahrt, die allen in guter Erinnerung bleiben wird. Mit einer schönen Adventsfeier schloss die SHG Uri ihr Jubiläumsjahr ab – und startete sogleich voll Tatendrang und frohen Mutes ins Jahr 2009.

Silvia Ziegler



Foto: Brigitt Arnold

▲ Fröhliche Reise: Die SHG Uri feierte ihr doppeltes 20-Jahre-Jubiläum mit einer Kutschfahrt.

### Vier Gruppen unter neuer Leitung

Mit Chur, Frauenfeld, Kreuzlingen und Thun stehen vier Selbsthilfegruppen seit Anfang 2009 unter neuer Leitung. In Chur trat Marlis Bontognali die Nachfolge von Vreni Badertscher an, in Frauenfeld folgt Ursula Schneller auf Edith Burgunder-Weidmann, in Kreuzlingen übergab Anna Städeli an Minnig Pfluger, und in Thun übernahm Hans-Rudolf Gehri die Aufgabe von Anton Blum. Die Adressen finden Sie wie immer auf der vorletzten Seite des Magazins.

Parkinson Schweiz dankt allen ausscheidenden Leiterinnen und Leitern für ihre wertvolle Arbeit und wünscht ihren Nachfolgerinnen und Nachfolgern viel Erfolg bei ihrer neuen Aufgabe. rd



Foto: zVg

▲ Antonio Ortelli referierte in Bern Bümpliz über sein persönliches Leben mit Parkinson.

### SHG Bern: Vortrag in Bern Bümpliz

Ende November 2008 sprach Antonio Ortelli, Kassier der SHG Bern, als «Gast des Monats» im Pfarreisaal der Kirche St. Antonius in Bern Bümpliz über sein Leben mit Parkinson.

Ortelli, selbst aktives Mitglied der Pfarrei, schilderte den mehr als 40 Gästen, wie er mit der Krankheit umzugehen gelernt hat und wie er die alltäglichen Probleme, die Parkinson mit sich bringt, meistert. Gebannt lauschten die Gäste seinen Ausführungen, und viele staunten, wie rasch für Gesunde ganz normale Dinge für einen Parkinsonpatienten zur Herausforderung werden: Sei es beim Einkaufen, wo Ladenregale ungünstig eingeräumt sind, sei es bei der Bewältigung schriftlicher oder finanzieller Angelegenheiten. Und sie waren verblüfft über die cleveren Ideen, die Patienten wie Antonio Ortelli zusammen mit ihren Angehörigen entwickeln, um diese Probleme zu meistern. Unterstützt wurde Antonio Ortelli – wie im alltäglichen Leben auch – von seiner Frau Martine, die überdies ein feines Risotto kredenzte, und von Margrit Marbet von der SHG Bern. Sie erklärte den Anwesenden die Ursachen, die Symptome und die Therapiemöglichkeiten von Parkinson. Ihr zur Seite stand dabei Ruth Dignös von Parkinson Schweiz, die überdies auch die Arbeit und die Angebote von Parkinson Schweiz kurz vorstellte. Nach der abschliessenden Diskussionsrunde, an der sich auch Organisatorin Sylvia Linder vom Sozial- und Beratungsdienst und Dr. Bernhard Waldmüller, Gemeindeleiter von St. Antonius, rege beteiligten, blieben viele Gäste noch zu Kaffee und Kuchen, um persönliche Fragen und Anregungen auszutauschen. jro

### SHG Kreuzlingen: 10-Jahre-Jubiläum

Die Selbsthilfegruppe Kreuzlingen feiert dieses Jahr ihr 10-jähriges Bestehen. Parkinson Schweiz gratuliert zum Jubiläum und wünscht der Gruppe alles Gute. rd

20-Jahre-Jubiläum: Drei Gruppen feiern  
Im Jahr 2009 feiern die drei Selbsthilfegruppen Chur, Bezirk Horgen sowie Schwyz ihr 20-Jahre-Jubiläum. Parkinson Schweiz gratuliert ihnen allen zum «runden» Geburtstag, dankt für die wertvolle Arbeit und wünscht weiterhin viel Erfolg, Freude und aufbauende, inspirierende Treffen. rd

### JUPP Pilatus und JUPP Zentralschweiz

Die Leiterinnen der JUPP Zentralschweiz (Judith Heutschi und Pia Kaufmann) und JUPP Pilatus (Vreni Schmocker) stellten im Rahmen eines von Parkinson Schweiz unterstützten Projekts der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit ihre Selbsthilfegruppen vor. Im Rahmen des als Wanderausstellung konzipierten Projekts «Selbsthilfe wirkt!» stellten sie im Lakefront Center Luzern eine selbst entworfene Plakatwand auf und erläuterten Interessierten die Tätigkeit und die Angebote ihrer JUPP-Gruppen. jro



Foto: zVg

▲ Stellten ihre JUPP-Gruppen vor: Judith Heutschi, Pia Kaufmann und Vreni Schmocker (v. links).

### Neue Gruppen in Luzern und Zürich

Parkinson Schweiz freut sich, die Gründung von zwei neuen Selbsthilfegruppen bekannt geben zu können. In Zürich führte der Aufruf von Daniel Meier (siehe Parkinson 90 vom Juli 2008) zur Gründung der SHG Zürich Aktiv. Sie wird von Daniel Meier und Daniel Kühler geleitet. In Luzern konnte nur kurze Zeit nach dem in Ausgabe 92 vom Dezember 2008 veröffentlichten Aufruf eine neue Selbsthilfegruppe für Angehörige unter Leitung von Margrit Weber ins Leben gerufen werden. Das Team von Parkinson Schweiz dankt allen Beteiligten und wünscht ihnen von Herzen viel Erfolg! rd

## Veranstaltungshinweis

### Mitgliederversammlung 2009 am 13. Juni im Stadtsaal von Wil

Traditionell finden die Mitgliederversammlungen von Parkinson Schweiz jedes Jahr in einem anderen Kanton statt. Nachdem wir 2007 nahe dem Röschtigraben in Biel gewilt und 2008 das sonnige Bellinzona besucht haben, verlagern wir uns 2009 in die Ostschweiz: Die Mitgliederversammlung 2009 findet am Samstag, 13. Juni 2009, im Stadtsaal von Wil im Kanton St. Gallen statt.

Im statutarischen Teil wird dieses Jahr die Verabschiedung unseres Präsidenten Kurt Meier und die Wahl seines Nachfolgers wichtigstes Traktandum sein. Zudem werden wir Ihnen in Wil die von Parkinson Schweiz gemeinsam mit Ärzten und den Spezialisten der Stiftung Dialog Ethik entwickelte «Patientenverfügung für parkinsonbetroffene Menschen» im Detail vorstellen (siehe auch S. 5).

Wie schon 2008 möchten wir den Bericht der Mitgliederversammlung möglichst rasch im Magazin Parkinson veröffentlichen – die Sommerausgabe erscheint daher erst Ende Juni, also zwei Wochen später als normal. Wir bitten hierfür um Ihr Verständnis.

■ Die schriftliche Einladung zur Mitgliederversammlung 2009 in Wil erhalten alle Mitglieder zusammen mit der Traktandenliste Anfang Mai per Post zugeschickt.

Wir freuen uns darauf, Sie am 13. Juni in Wil begrüßen zu dürfen!



## Musik für Parkinson Schweiz

Am 3. und 4. Juli 2009 gibt «alpha-cappella», der Chor der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), in Winterthur zwei Benefizkonzerte zugunsten von Parkinson Schweiz.

**M**ehr als 50 Stimmen erklingen, wenn «alpha-cappella» singt. Im Juli tritt der von Paolo Vignoli geleitete Chor in Winterthur zwei Mal zugunsten von Parkinson Schweiz auf: am 3. Juli in der Kirche St. Peter und Paul und am 4. Juli in der Stadtkirche. Das je 90 Minuten dauernde Programm bietet eine Gesangsreise, die vom afrikanischen Dorfplatz durch englische Discohallen bis in Mozarts Konzertsaal führt. Von Klassik über Evergreens, Volk und Pop bis Jazz bieten die Aufführungen ein spannendes und abwechslungsreiches Programm. Alpha-cappella wurde 1996 von Angehörigen des ehemaligen Technikums, das heute zur ZHAW gehört, ins Leben gerufen. Von Anfang an als offener Chor konzipiert, steht das Ensemble der Bevölkerung, den Studierenden, den Dozierenden

und Ehemaligen offen. Der Chor wirkt regelmässig an Begrüssungs- und Diplomfeiern der Hochschule, aber auch bei öffentlichen Grossanlässen mit.

Mit den Benefizkonzerten will alpha-cappella dazu beitragen, dass die Parkinsonkrankheit von der breiten Bevölkerung besser verstanden wird und mehr Betroffene aus dem Schatten treten und die Hilfe von Parkinson Schweiz in Anspruch nehmen. *Bettina Tonet*

### Konzertinformationen:

3. Juli 2009: Kirche St. Peter und Paul, Tellstrasse 7, Winterthur

4. Juli 2009: Stadtkirche, Kirchplatz, Winterthur

Beginn: 20.15 Uhr (Türöffnung ab 20 Uhr)

Preis: Kollekte

Infos & Kontakt: [www.alphacappella.ch](http://www.alphacappella.ch)

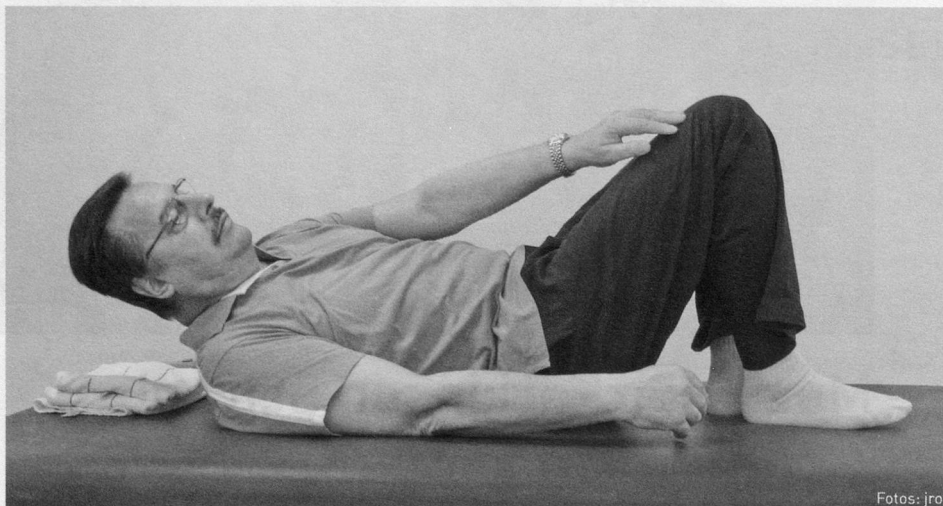


▲ Seit 15 Jahren bei Parkinson Schweiz: Anita Osterhage, Sachbearbeiterin «Rechnungswesen».

## 15 Jahre im Einsatz für Parkinson Schweiz

**E**xakt, gewissenhaft, stets gut gelaut und ebenso einfühlsam wie erfahren im Umgang mit kranken Menschen: Das ist Anita Osterhage. Seit 1994 ist Anita, die mit ihrem Mann im Raum Zürich wohnt und zwei erwachsene Söhne hat, eine wichtige Stütze der Geschäftsstelle von Parkinson Schweiz in Egg. Zwar verliert die leidenschaftliche Hobbyköchin, die an manchem Wochenende im Jahr mit ihrem Mann zu Kurzausflügen ins benachbarte Ausland aufbricht, nie grosse Worte über ihre Tätigkeit. Sie arbeitet stattdessen lieber diskret, aber ebenso effizient wie konzentriert im Hintergrund. Dabei vertieft sich Anita, die in der Aquarellmalerei ihren Ausgleich zum Berufsleben findet,

manchmal so in ihre Arbeit, dass wir anderen sie stundenlang gar nicht bemerken. Und doch wissen wir: Ohne Anita wären wir aufgeschmissen. Denn als Sachbearbeiterin «Rechnungswesen» ist sie ein Dreh- und Angelpunkt unserer Arbeit. Kein Spendenfranken würde verbucht, kein Dankesbrief verschickt und keine Rechnung bezahlt ohne Anita. Wir alle danken Anita an dieser Stelle von Herzen für ihren grossartigen und treuen Einsatz für Parkinson Schweiz. Und wir versichern ihr, dass sie ihrem Anspruch, sich «sinnvoll für Parkinsonbetroffene einsetzen zu wollen», mit ihrer täglichen Arbeit stets gerecht wird. Man muss nicht im Rampenlicht stehen, um das Richtige zu tun!  
*Team Parkinson Schweiz*



Fotos: jro

▲ Willi Ernst, selbst Parkinsonpatient, ist einer von drei «Vorturnern» auf unserer Gymnastik-DVD.

## DVD: Bewegungsübungen für Parkinsonbetroffene

In Kooperation mit Susanne Brühlmann, Physiotherapeutin der HUMAINE Klinik in Zihlschlacht, und zwei Mitgliedern der Vereinigung hat Parkinson Schweiz eine DVD mit mehr als 70 Bewegungsübungen für Betroffene entwickelt. Die DVD ist ab Mitte April erhältlich.

**W**ir bleiben in Bewegung! Diesem Motto hat sich Parkinson Schweiz verpflichtet. Denn wir wissen: Nichts ist wichtiger für Parkinsonbetroffene als die tägliche Aktivität. Wer sich regelmässig bewegt und seine Motorik trainiert, kann seine Beweglichkeit länger besser erhalten und damit die Aufgaben des täglichen Lebens selbstständiger bewältigen.

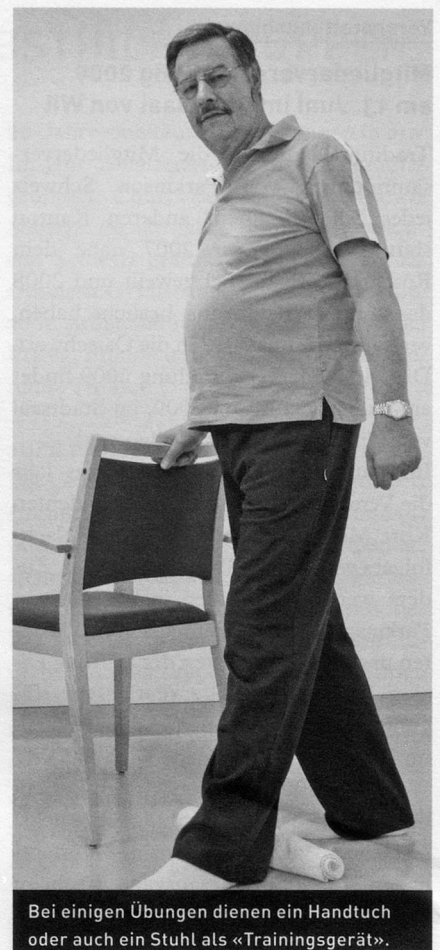
Damit das tägliche Üben und Trainieren zu Hause mehr Spass macht und zudem möglichst effektiv ist, hat Parkinson Schweiz – pünktlich zum «Jahr der Mobilität» 2009 – zusammen mit Susanne Brühlmann, Physiotherapeutin der HUMAINE Klinik Zihlschlacht, eine Gymnastik-DVD entwickelt. Sie bietet ein für Parkinsonpatienten massgeschneidertes Trainingsprogramm. Dieses setzt sich aus insgesamt rund 70 Übungen zusammen, die in die drei Kategorien «Liegen», «Sitzen» und «Stehen» unterteilt sind. In jeder Kategorie kann zwischen «leichten» und «schweren» Übungen gewählt werden.

Alle Übungen können zu Hause im Wohnzimmer ausgeführt werden – wobei zu Gunsten von mehr Abwechslung bei einigen Übungen einfache, in jedem Haushalt vorhandene «Trainingsgeräte» wie etwa eine kleine Wasserflasche, ein Handtuch oder ein Stuhl miteinbezogen werden.

Beim täglichen Training gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder kann man sich jede Übung ausführlich erklären lassen oder – falls man die Übungen bereits gut kennt – direkt mit dem Training loslegen. Im ersten Fall wird jede Übung mündlich erklärt – wobei zwischen den Sprachen Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch gewählt werden kann. Parallel zur Erklärung wird die korrekte Ausführung der entsprechenden Übung von Susanne Brühlmann am Bildschirm vorgeführt.

Im Trainings-Modus werden die Übungen nicht mehr mündlich erklärt, sondern mit Musik hinterlegt abgespielt – dabei können Sie aus verschiedenen Übungssequenzen wählen. So wird das tägliche Üben abwechslungsreicher, was den Spass erhöht. Auch im Trainings-Modus kann man sich zu einer Übung, deren genaue Ausführung einem nicht mehr geläufig ist, auf Knopfdruck nochmals die ausführliche Anleitung einspielen lassen.

Im Trainings-Modus kann zudem gewählt werden, wer die Übungen vorturnt: Susanne Brühlmann, also die Physiotherapeutin, oder eine Patientin respektive ein Patient. Bei Letzteren handelt es sich um zwei Mitglieder von Parkinson Schweiz, die mit viel Engagement bei der Produktion der Gymnastik-DVD



Bei einigen Übungen dienen ein Handtuch oder auch ein Stuhl als «Trainingsgerät».

mitwirkten: Edith Burgunder, Patientin aus Frauenfeld, und Willi Ernst, Betroffener aus Matzingen. Der 63-jährige Ostschweizer trainiert schon seit geraumer Zeit zwei Mal täglich zu Hause und weiss, wie vorteilhaft die regelmässige Gymnastik ist (siehe auch Bericht S. 16 und 17 in dieser Ausgabe).

### Interessantes Zusatzprogramm

Als Ergänzung zum Gymnastikprogramm bietet die DVD das Zusatzprogramm «Bewegung und Entspannung mit Musik». Dabei handelt es sich um einen mit Musik hinterlegten Mix aus Sammlungs- respektive Ruhephasen und Bewegungssequenzen, die von Susanne Brühlmann und Elvira Pfeiffer, Qigong-Lehrerin und Sporttherapeutin, vorgeführt werden. Der Wechsel zwischen Ruhe und Bewegung sorgt für nachhaltige Entspannung und ist damit eine ideale Ergänzung zum Gymnastiktraining. jro

**Informationen:** Die neue Gymnastik-DVD ist ab Mitte April bei Parkinson Schweiz, Postfach 123, CH-8132 Egg, Tel. 043 277 20 77, Fax 043 277 20 78, E-Mail: info@parkinson.ch, erhältlich. Ihr Preis: CHF 36.– für Mitglieder und CHF 41.– für Nichtmitglieder.

# Jahr der Mobilität: Spezielle Kurse und ein Ausflug

Im «Jahr der Mobilität» 2009 bietet Parkinson Schweiz sehr spezielle Aktivitäten an. Ein Überblick.

**E**inzig im Jahr 2005, als Parkinson Schweiz sein 20-Jahre-Jubiläum feierte, war das Jahresprogramm vergleichbar abwechslungsreich wie 2009. Insgesamt stehen 22 Informationstagungen, Seminare oder Kurse an – die Parkinsonferien in Wildhaus, die Konzerte der «basel sinfonietta» in St. Gallen und Neuchâtel (am 29. bzw. 31. März 2009, siehe S. 5 bzw. 21) und die Mitgliederversammlung in Wil (siehe S. 7) nicht mitgerechnet.

Allein im Bereich «Kurse und Seminare» stieg die Zahl der Angebote 2009 auf schweizweit 12 Veranstaltungen. Verglichen mit 2008 entspricht dies fast einer Verdoppelung, gegenüber 2007 einer Verdreifachung des Angebots. Dieser Zuwachs ist einerseits eine Folge der stetigen Professionalisierung unserer Arbeit, andererseits aber auch der Verdienst unserer Mitglieder – welche die Angebote fleissig nutzen und so dafür sorgen, dass die Veranstaltungen erfolgreich sind.

Für das «Jahr der Mobilität» 2009 haben wir drei spezielle Angebote im Programm:

## Kinaesthetics für pflegende Angehörige

Der 2008 erstmals und mit sehr gutem Erfolg durchgeführte Grundkurs «Kinaesthetics für pflegende Angehörige» in Valens (siehe Berichte im Magazin Parkinson, Nr. 91 und Nr. 92, jeweils Seite 5) wird auch in diesem Jahr wieder durchgeführt. Der Kurs dauert wie im Vorjahr zwei Wochenenden (3./4. April und 29./30. Mai) und bietet Platz für maximal acht Paare. Besonders erfreulich: Die Kurskosten (960 Franken pro Paar inkl. Vollpension im Doppelzimmer) bleiben gegenüber 2008 unverändert.

## Qigong-Wochenende für Angehörige

Vom 9. bis 11. Oktober 2009 führt Parkinson Schweiz ein Qigong-Wochenende für Angehörige durch. Der neu ins Angebot aufgenommene Kurs findet im herrlich gelegenen Kurhotel Seeblick in Wienacht AR statt und soll es Angehörigen ermöglichen, frische Kraft und Energie zu tanken. Er vermittelt die chinesische Kunst des Qigong so, dass die Teilnehmenden das Erlernte später auch zu Hause weiter üben und praktizieren können.

## Tagesausflug «Berggenuss»

Ein Highlight im Jahresprogramm ist der am 8. Juli stattfindende Tagesausflug nach Lungern-Schönbüel. In drei Gruppen, eingeteilt nach den individuellen Möglichkeiten der Mobilität, geniessen wir das Bergpanorama von Eiger, Mönch

und Jungfrau. Die Wandergruppe unternimmt eine grössere Wanderung, die Spaziergruppe begeht am Morgen den Panoramaweg und am Nachmittag den Schmetterlingspfad, und die Wellnessgruppe spannt im Whirlpool, beim Schokoladegiessen oder im Bergkino aus.

## Die Geschäftsstelle informiert Sie!

Detaillierte Informationen zu allen Veranstaltungen finden Sie im Jahresprogramm und auf [www.parkinson.ch](http://www.parkinson.ch). Natürlich können Sie sich bei Fragen auch an die Geschäftsstelle, Postfach 123, 8132 Egg, Tel. 043 277 20 77 wenden. Dort erfahren Sie überdies alles Wissenswerte zu den Parkinsonferien in Wildhaus (21. bis 28. August) und können ab sofort wieder die Liste der Gruppenphysiotherapie-Angebote 2009 bestellen.

jro



▲ Mobilität 2009: Besuchen Sie das Seminar «Kinaesthetics für pflegende Angehörige», nehmen Sie am Qigong-Kurs teil, oder begleiten Sie uns beim Tagesausflug in die Panoramawelt von Lungern-Schönbüel.

## Neue Studie aus den USA

### Gymnastik tut Parkinsonbetroffenen gut – auch wenn die Übungen nur sitzend ausgeübt werden können

Regelmässige gymnastische Übungen helfen Parkinsonpatienten, ihre Beweglichkeit und die Koordination der für die Bewältigung des alltäglichen Lebens nötigen Bewegungen zu verbessern – und das auch, wenn die Gymnastik der Krankheit wegen nur sitzend auf einem Stuhl praktiziert werden kann. Dies ist das Resultat einer US-amerikanischen Studie, die im Juni 2008 auf einem Kongress der Movement Disorder Society in Chicago präsentiert wurde.

Für die Studie absolvierten Parkinsonpatientinnen und -patienten, die zwischen zwei und neun Jahren an Parkinson leiden und 55 bis 81 Jahre alt sind, zweieinhalb Monate lang gymnastische Übungen auf einem Stuhl. Einmal wöchentlich trainierten sie gemeinsam mit Bewegungstherapeutin und Co-Studienleiterin Janet Hamburg, zwei Mal pro Woche übten sie mit einer Übungs-DVD zu Hause. Jede der drei Übungssitzungen dauerte rund eine halbe Stunde.

Nach 10 Wochen konnten die Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer alltägliche Bewegungen deutlich sicherer ausführen, die Arme höher anheben und den Oberkörper leichter und stärker zur Seite drehen. Auch fiel es ihnen einfacher, aus einem Stuhl aufzustehen und loszulassen. Ihre Stimmungslage besserte sich, und sie klagten weniger oft über körperliche Beschwerden oder Schmerzen.

Quelle: Parkinson's Disease Foundation / USA



# Kaum Gewebeschäden durch THS

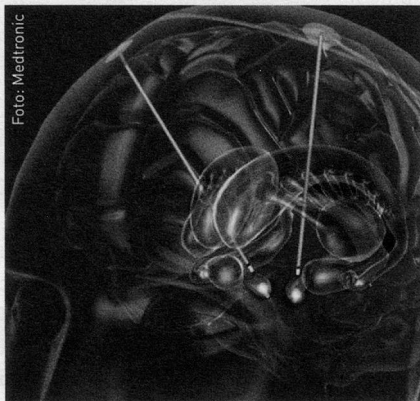
Die Tiefe Hirnstimulation (THS) ist, wenngleich bei Weitem nicht für alle Betroffenen geeignet, eine wirksame Methode bei der Parkinsontherapie. Über ihre Langzeitr Risiken war bisher allerdings nur wenig bekannt. Jetzt liegen neue Erkenntnisse vor.

**D**ie guten Erfolge, die mit einer Tiefen Hirnstimulation (THS) bei der Behandlung der Parkinsonsymptome möglich sind, werden durch immer mehr Studien untermauert. Die jüngste wurde im Januar 2009 im Journal of the American Medical Association publiziert. US-Forscher verglichen dafür die Erfolge, die sich mit einer optimierten medikamentösen Therapie erzielen lassen, mit den Erfolgen einer THS bei ähnlich stark betroffenen Patienten. Dazu wurden 255 Parkinsonpatienten, die alle zu Studienbeginn trotz Medikation unter starken, behindernden Dyskinesien und unter Fluktuationen litten, untersucht. Knapp der Hälfte von ihnen wurde ein Hirnstimulator implantiert, bei den anderen wurde die Arzneitherapie optimiert.

Ergebnis: Die Phasen guter Beweglichkeit verlängerten sich mit der THS im Schnitt um 4,6 Stunden, keine Veränderung gab es mit alleiniger Arzneitherapie. Die motorische Funktion besserte sich bei 71 Prozent der mit THS therapierten Patienten, aber nur bei 32 Prozent der rein medikamentös behandelten Betroffenen. Ähnliche Resultate hatte 2006 bereits eine deutsche Studie ergeben.

So gut dokumentiert die Wirkung der THS ist, so wenig weiss man bislang über mögliche Langzeitr Risiken durch die Elektroden. Zwar ist bekannt, dass es beim Einpflanzen der Elektroden zu tödlichen Hirnblutungen kommen kann (in etwa 0,5 Prozent der Fälle). Doch weil weltweit erst 50 Gehirne verstorbener THS-Patienten analysiert werden konnten, ist über die Auswirkungen jahrelanger Stimulation kaum etwas bekannt.

Seit Kurzem gibt es diesbezüglich neue Erkenntnisse. Im Dezember 2008 präsentierte Dr. Martin Kronenbueger, Neurologe am Uniklinikum Aachen, beim DGN-Kongress in Hamburg histopathologische Untersuchungen der Gehirne von zehn THS-Patienten. Zusammen mit Mitarbeitern aus Bern hatte Kronenbueger bei den Post-mortem-Analysen 17 Stichkanäle von Elektroden auswerten können. Die Patienten – überwiegend Parkinsonkranke – wurden vor ihrem Tod bis zu acht Jahre stimuliert.



▲ Bei der Tiefen Hirnstimulation bei Parkinson wird in der Regel der Nucleus subthalamicus gereizt.

Ergebnis: Die Ärzte fanden nur leichte Spuren von Abwehrreaktionen. Diese waren zudem bei den Patienten, bei denen die Elektroden nur kurze Zeit implantiert waren, etwa gleich stark ausgeprägt wie bei Patienten, die über Jahre stimuliert worden waren. Kronenbueger interpretiert diese Spuren als unspezifische Reaktion auf die Verletzung durch den Fremdkörper. Bei einem Patienten wurden allerdings in direkter Umgebung der Elektroden auch sogenannte Fremdkörper-Riesenzellen gefunden – was auf eine chronische Abwehrreaktion schliessen lässt.

Bei drei Patienten wurden Reste von Blutungen und kleine kortikale Infarkte an der Eintrittsstelle der Elektroden in den Kortex entdeckt. Diese waren nach der Operation nicht aufgefallen, da die Elektroden bei der Bildgebung die Läsionsregion bedeckten. Welche klinische Bedeutung diese frontalen Defekte haben, ist laut Kronenbueger derzeit noch unklar. Möglicherweise sind sie aber eine Erklärung für die Verwirrtheit einiger Patienten kurz nach der Implantation.

Insgesamt, so Kronenbueger, komme es bei den meisten Patienten nach geglückter Implantation der Elektroden nur zu leichten Fremdkörperreaktionen. Auch wurden keine Hinweise dafür gefunden, dass die elektrischen Ströme im Zielgebiet Schäden verursachen. Die gefundenen Veränderungen waren um die elektrisch aktiven Pole ähnlich ausgeprägt wie um die nicht aktiven Elektrodenbereiche.

Quelle: Ärztezeitung

## Fachliteratur

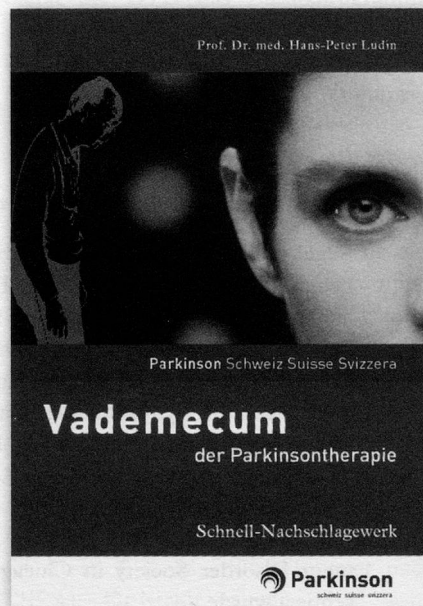
### Vademecum der Parkinsontherapie in zweiter, ergänzter Auflage

Das von Professor Dr. med. Hans-Peter Ludin, Präsident des Fachlichen Beirates und des Forschungsausschusses sowie Mitbegründer von Parkinson Schweiz, verfasste «Vademecum der Parkinsontherapie» ist seit Februar 2009 in zweiter, überarbeiteter Auflage erhältlich.

Zwar haben sich seit der Erstausgabe im Jahr 2002 keine grundsätzlichen Änderungen in der Parkinsontherapie ergeben. Dennoch gab es einige Neuerungen und veränderte Aspekte von an sich Bekanntem, die Prof. Ludin als wichtig genug für eine Überarbeitung und Ergänzung erachtete. So bietet die Neuauflage unter anderem die Gewissheit, dass die darin enthaltenen Empfehlungen im Einklang mit den Therapierichtlinien der Schweizerischen Neurologischen Gesellschaft (SNG) sind. Diese wurden 2008 von einer Arbeitsgruppe der SNG unter Leitung von Prof. Ludin revidiert (siehe Parkinson Nr. 91, Sept. 2008, S. 10).

Wie schon die Erstausgabe ist auch das neue Vademecum als Arbeitsinstrument für die tägliche ärztliche Praxis von Neurologen und Allgemeinmediziner (Hausärzten) konzipiert. In Form eines Schnell-Nachschlagewerkes mit ausklappbarem Inhaltsregister, umfangreichem Index und übersichtlichen Querverweisen bespricht und beantwortet es wichtige Fragen und Probleme, die bei der Behandlung und der Diagnostik von Parkinsonbetroffenen auftauchen.

Das Buch wird von Parkinson Schweiz herausgegeben und ist ab Mai 2009 auch in französischer Sprache verfügbar. ■





Die deutsche Bundesforschungsministerin Annette Schavan (li.) weihte mit Vertretern des Berliner Senats, des Max-Delbrück-Centrums und des Herstellers Siemens den neuen 7-Tesla-MRT ein.

## Neue Einblicke ins Körperinnere

Der neue Super-Magnet-Resonanz-Tomograf des Max-Delbrück-Centrums soll neurologische Krankheiten besser erforschen helfen.

**G**ut 20 Millionen Franken teuer, 35 Tonnen schwer, mehr als 4 Meter lang. Der neue Magnet-Resonanz-Tomograf (MRT) am Max-Delbrück-Centrum für Molekulare Medizin (MDC) in Berlin-Buch ist etwas Besonderes. Mit seiner Hilfe sollen Forscher künftig ge-

nauere Einblicke in die Entstehung neurologischer Erkrankungen, von Krebs sowie Herz-Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen erhalten. Die so gewonnenen Erkenntnisse sollen helfen, neue diagnostische und therapeutische Verfahren zu entwickeln.

Herzstück der neuen Anlage, für die ein eigenes Gebäude errichtet werden musste, ist ein 35 Tonnen schwerer Supermagnet mit einer Feldstärke von 7 Tesla (entsprechend dem 140 000-Fachen des Erdmagnetfelds), der von einem Käfig aus 230 Tonnen Stahl abgeschirmt wird. Als weltweit viertes Gerät seiner Art ist das MRT mit einem 8-Kanal-Sendersystem bestückt. Dadurch können extrem hochaufgelöste Bilder aus dem Körperinneren aufgenommen werden, mit deren Hilfe die bei der Entstehung von Krankheiten ablaufenden Vorgänge und Veränderungen detailliert verfolgt und besser verstanden werden können.

Wurden ultrastarke MRT bisher vor allem für die Bildgebung des Gehirns bei der Erforschung neurologischer Erkrankungen wie Parkinson und Alzheimer eingesetzt, soll das neue Gerät auch für Untersuchungen des Herzens dienen.

Das am 20. Januar 2009 offiziell in Betrieb genommene Gerät ist der erste Teil des Experimental and Clinical Research Center, welches das MDC gemeinsam mit der Berliner Charité für rund 70 Millionen Franken errichtet. jro

### Medizinische Forschung

#### Kopftrauben sind die Folge, nicht die Ursache von Parkinson

Anders als oft vermutet, scheint der Ausbruch einer Parkinsonerkrankung nicht auf Kopfverletzungen zurückzugehen. Vielmehr sind solche Traumen offenbar eine frühe Folge der motorischen Defizite. Das schliessen dänische Forscher aus dem Vergleich der Daten von fast 14000 Parkinsonpatienten im Durchschnittsalter von 73 Jahren mit den Daten von 70000 Kontrollpersonen aus der Allgemeinbevölkerung.

Laut der Analyse wurden 4,1 Prozent der Parkinsonpatienten, aber nur 2,8 Prozent der Vergleichspersonen mit Kopfverletzungen (Schädelbruch, Gehirnerschütterung, intrakranielle Blutung, Hirnquetschung) in eine Klinik gebracht. Allerdings ereigneten sich fast alle Vorfälle in den drei Monaten vor der Diagnose von Parkinson. Da sich Parkinson sehr schleichend entwickelt, vermuten die Kopenhagener Ärzte, dass die Unfälle die Krankheit nicht auslösen, sondern eine frühe Manifestation der motorischen Ausfälle sind. Die Hypothese, dass Schädel-Hirn-Traumen die Störung bedingen, war bereits im Jahre 1817 von James Parkinson aufgestellt worden. *Quelle: Ärztezeitung*

### Studie

#### Mit Musik geht vieles besser – und zwar auch bei Parkinsonpatienten

Musik hören kann Parkinsonpatienten das alltägliche Leben etwas leichter machen. Das zeigten Salzburger Ärzte in einer Studie. Sie spielten Parkinsonkranken Musik vor und untersuchten deren Bewegungsfähigkeit vor, während und nach dem Musikgenuss.

Resultat: Durch Musikhören verbessern sich Feinmotorik, Stimmungslage und Gangvermögen. Als besonders gut geeignet erwies sich laut den Studienautoren das Hören stark stimulierender, rhythmischer Melodien wie beispielsweise des berühmten Radetzky-Marschs. jro



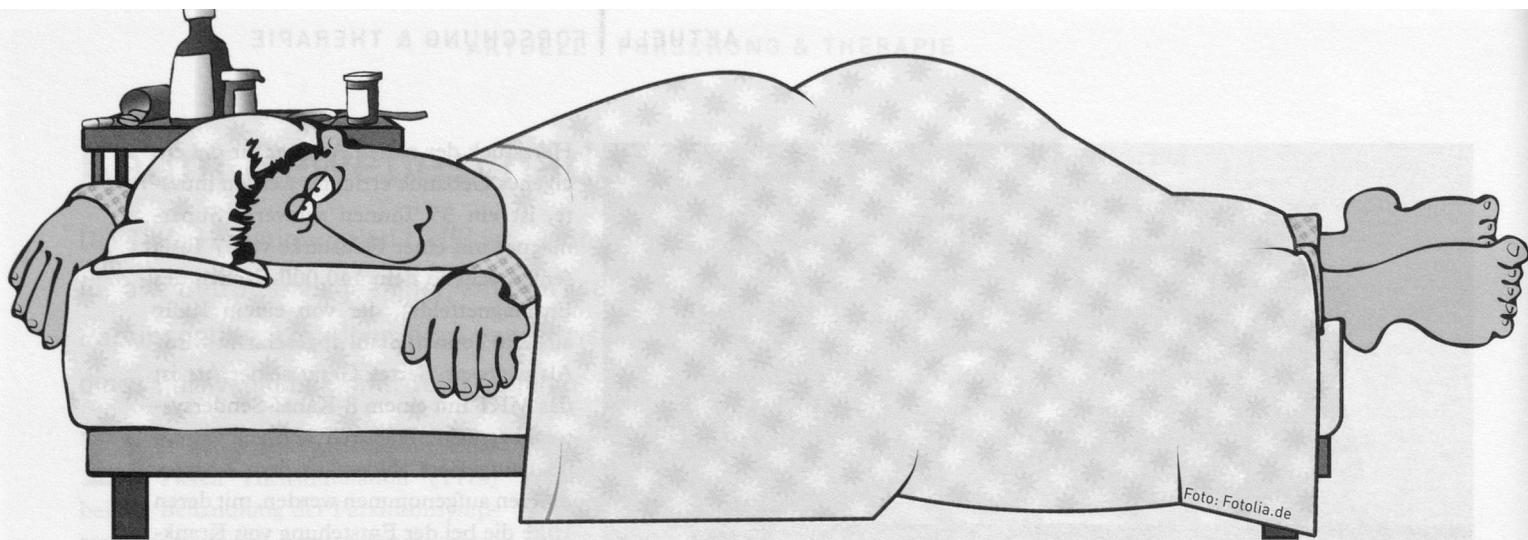
Foto: fotolia.de

▲ Musik steigert die Durchblutung bestimmter Gehirnaareale und eine höhere Dopaminausschüttung.

### Studie

#### Neuer Forschungsansatz im Kampf gegen Parkinson

Die Hemmung des Enzyms Gewebstransglutaminase 2 (TGM) kann möglicherweise das Auftreten neurologischer Erkrankungen wie Huntington, Alzheimer oder Parkinson verhindern helfen. Eine entsprechende Studie publizierten Wissenschaftler vom Duke University Medical Center in der Zeitschrift *Chemistry & Biology* (2008: 15:969-978). Die Forscher mischten TGM2-Inhibitoren in die Nahrung von Fruchtfliegen und konnten bei diesen so das Auftreten der Huntingtonkrankung verhindern. Dies, so glauben die Wissenschaftler, könnte ein neuer Ansatz für die Entwicklung von Medikamenten zur Hemmung der Pathologie rund um TGM sein. Letztere findet man unter anderem bei der Entwicklung einer Fibrose, bei Organversagen, dem Altern sowie bei der Alzheimer- und der Parkinsonkrankheit. Bis zur Erforschung am Menschen wird es aber noch einige Jahre dauern. Zuerst gilt es, effektivere TGM2-Inhibitoren zu entwickeln und die genauen Mechanismen, die in TGM2-geschädigten Geweben vor sich gehen, eingehender zu untersuchen. *Quelle: Ärzteblatt*



# Schlafprobleme unter der Lupe

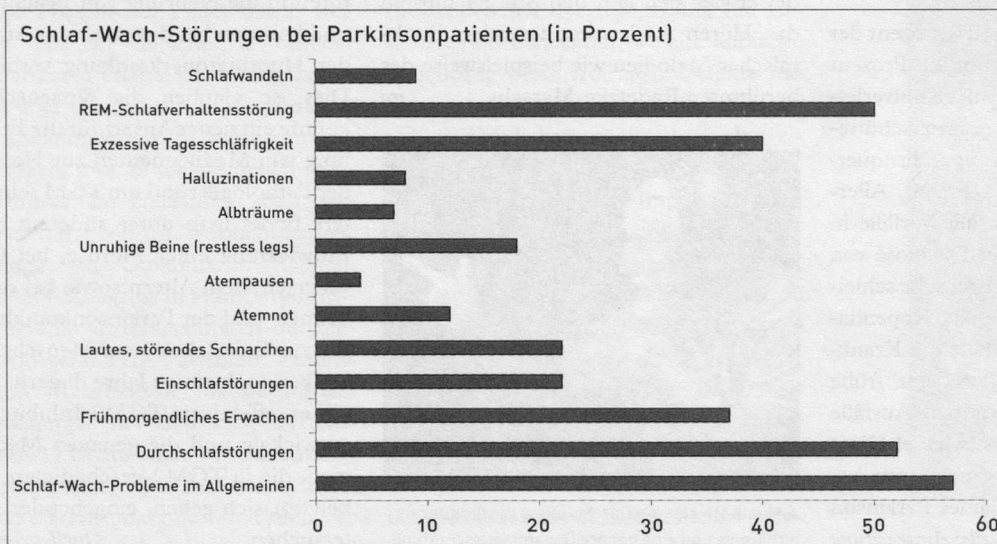
Im Juli 2008 lag dem Magazin Parkinson ein Fragebogen zu einer Studie der Neurologischen Klinik und Poliklinik des Universitätsspitals Zürich über Schlaf-Wach-Störungen bei Parkinsonpatienten bei. 420 Fragebogen wurden von unseren Mitgliedern retourniert. Jetzt liegen erste Resultate vor.

**A**lbträume, Halluzinationen, schmerzhaft Krämpfe in Beinen und Füssen, nächtliche Atempausen, allzu frühes Aufwachen. Die Liste der Schlaf-Wach-Störungen, über die Parkinsonpatienten klagen, ist ellenlang. Und die Zahl der Betroffenen, die von solchen Problemen berichten, ist riesig: Laut aktuellen Statistiken leiden knapp zwei Drittel aller Parkinsonbetroffenen an Schlaf-Wach-Störungen – von denen insbesondere die «REM-Parasomnie», eine Störung des intensiven Traumschlafs, fatale Folgen haben kann. Während gesunde Menschen im REM-Schlaf zwar heftig träumen, dabei aber völlig entspannt und ruhig liegen, leben Parkinsonpatienten ihre Träume aufgrund erhöhter Muskelaktivität während der REM-Schlafphase teilweise aus: Sie zucken, schreien oder lachen, schlagen um sich (oder auf den Bettnachbarn ein) oder fallen gar aus dem Bett. Manche Patienten werden gar plötzlich zu Schlafwandlern. Und auch, wenn die meisten Betroffenen von solch ganz schlimmen Störungen verschont bleiben, sind viele Parkinsonpatienten tagsüber oft extrem müde – weil sie in der Nacht nicht durchschlafen können, an nächtlicher Atemnot leiden oder gar Atemaussetzer (Schlaf-Apnoe) haben – was einen erholsamen Schlaf verhindert.

Obwohl Schlafstörungen bekannt und keinesfalls selten sind, weiss man noch recht wenig darüber. Zwar wurden schon mehrere Studien über Schlaf-Wach-Störungen durchgeführt. Doch fokussierten diese stets auf Teilbereiche des Gesamtproblems: Entweder zielten sie auf den gestörten Nachtschlaf und die Tagesschläfrigkeit ab, oder sie beschäftigten sich nur mit der REM-Schlafstörung. Das Phänomen des Schlafwandels bei Parkinson wurde bisher noch gar nicht eingehend untersucht.

420 Mitglieder von Parkinson Schweiz haben mitgemacht. Nun jedoch bringt eine Studie des Universitätsspitals Zürich Licht ins Dunkel. Professor Dr. med. Claudio Bassetti, Leiter der Poliklinik am Universitätsspital Zürich, entwickelte zusammen mit seinen beiden Mitarbeitern Dr. med. Rositsa Poryazova und Prakt. med. Michael Oberholzer ein auf einem «Schlaf-Fragebogen» basierendes Studiendesign, mit dem sich alle Aspekte der Schlaf-Wach-Störungen erfassen lassen. Der Zürcher Fragebogen wurde im Juli 2008 unserem Magazin Parkinson beigelegt (siehe Ausgabe 90, Juli 2008, S. 15 bis 17) und so an alle Mitglieder von Parkinson Schweiz verteilt. Und obwohl der Fragebogen aus Validierungsgründen nur in

deutscher Sprache erhältlich war, übertraf der Rücklauf alle Erwartungen. Exakt 420 Fragebogen wurden innerhalb weniger Wochen von den Leserinnen und Lesern ausgefüllt und ans Universitätsspital Zürich zurückgeschickt. Dort machte sich das Forscherteam mit Feuereifer an die Auswertung der Daten – und förderte neben Erwartetem durchaus auch Neues zutage. So zeigt die Studie beispielsweise auf, dass Parkinsonpatienten tatsächlich zum Schlafwandeln neigen.



### Ausgeklügeltes Studiendesign: Ein Fragebogen in 3 Stufen

Der Schlaf-Fragebogen für Parkinsonpatienten war in drei Teile gegliedert: Im ersten Teil mussten Fragen über den Schlaf respektive dessen «Qualität» im Allgemeinen beantwortet werden – insbesondere auch zu einer auffällig starken Tagesmüdigkeit. Im zweiten Teil standen Fragen über den Schweregrad, die Dauer und die Behandlung der Parkinsonerkrankung im Zentrum. Und im dritten Teil ging es um motorische Störungen im Schlaf – insbesondere um Probleme während des intensiven Traumschlafes (REM-Parasomnie) und um das Schlafwandeln. Insgesamt galt es, 85 Fragen zu beantworten.

### Anonymisierte Auswertung der Daten

Die Auswertung der 420 von den Patienten ans Universitäts-spital Zürich retournierten Fragebogen dauerte mehrere Monate. Zunächst wurden die Daten anonymisiert und dann bezüglich der Basisdaten wie Alter, Geschlecht und Krankheitsdauer der Teilnehmer statistisch erfasst. Danach wurden die Antworten zum allgemeinen Schlafbefinden ausgewertet. Resultat: 238 Patienten, also 57 Prozent, leiden an Schlafstörungen. Ein Ergebnis, das sich mit den Befunden anderer Studien zu Schlaf-Wach-Störungen bei Parkinson deckt. Gleiches gilt für die am häufigsten genannten Schlafprobleme: Hier stehen Durchschlafstörungen, frühmorgendliches Erwachen, Einschlafstörungen und Schnarchen an vorderster Stelle. Aber auch nächtliche Atemnot bis hin zu regelrechten Atempausen, unruhige Beine (restless legs), Alpträume und Halluzinationen plagen viele Patienten. Kein Wunder, dass 168 Studienteilnehmende, also 40 Prozent, an «exzessiver Tagesschläfrigkeit» leiden.

### Störungen des Traumschlafes sind überaus häufig

Am spannendsten für die Zürcher Forscher war Teil 3 des Fragebogens, in dem es um die REM-Parasomnie und das Schlafwandeln ging. In der Studie ergibt sich bei der Auswertung, dass erstaunliche 210 Patienten (50%) auf Werte kommen, die auf eine REM-Parasomnie hindeuten. Ein Resultat, das belegt: Motorische Störungen im Schlaf treten bei Parkinsonbetroffenen markant gehäuft auf. Dies gilt insbesondere auch für die REM-Parasomnie, von der man weiss, dass sie den ersten Symptomen der Parkinsonerkrankung um Jahre vorausgehen kann.

Und ganz offensichtlich steigt mit Parkinson auch das Risiko, als Erwachsener plötzlich zum Schlafwandler zu werden. 36 der 420 befragten Patienten neigen zum Schlafwandeln, nur bei 14 von ihnen war dies bereits als Kind der Fall. Bei 22 Patienten trat das Phänomen erst im Erwachsenenalter auf – also bei 5 Prozent aller Studienteilnehmer. Dieser Wert ist zwölf Mal (!) höher als in der Gesamtbevölkerung (0,6%).

Damit belegt die Studie, was die Zürcher Forscher zwar vermutet haben, aber nicht beweisen konnten: Bei Parkinsonbetroffenen kommt es signifikant häufiger zu Schlafwandeln als bei gesunden Erwachsenen. Das Schlafwandeln ist zudem oft mit der REM-Schlaf-Verhaltensstörung assoziiert, was auf eine komplexe Bewegungsstörung im Schlaf hindeutet, welche sowohl den sogenannten REM(Traum)-Schlaf und NREM(Nicht-Traum)-Schlaf betrifft.

In einem nächsten Schritt der Studie werden alle Patienten, bei denen die Auswertung ihres Fragebogens einen Verdacht auf ausgeprägte motorische Störungen im Schlaf nahe legt, kontaktiert und zu einer klinischen Konsultation gebeten. Aus diesen Untersuchungen erhoffen sich die Zürcher Forscher neue Erkenntnisse, die helfen sollen, Schlaf-Wach-Störungen besser zu verstehen und behandeln zu können.

jro

### Studie «Schlaf-Wach-Störungen» bei Parkinson

#### Aufbau und Resultate: Die Studie im Überblick

Von den 420 Studienteilnehmenden sind 67 Prozent männlich und 33 Prozent weiblich. Das Durchschnittsalter beträgt 69 Jahre, die mittlere Krankheitsdauer 10 Jahre. Der ADL-Score (Aktivitäten des täglichen Lebens), der die Selbstständigkeit im Alltagsleben widerspiegelt, liegt im Schnitt bei 75 Prozent, die mittlere Levodopa-Äquivalenzdosis (Menge der benötigten Medikamente pro Tag, wobei Levodopa, Dopaminagonisten und andere, die Wirkungsstärke von Levodopa verändernde Medikamente berücksichtigt werden) bei 617 mg. Bei 15 Patienten (4 Prozent) wurde ein operativer Eingriff (z.B. Tiefe Hirnstimulation) zur Behandlung des Parkinsonsyndroms vorgenommen.

Insgesamt berichten 57 Prozent der Befragten über Schlaf-Wach-Probleme, wobei Durchschlafstörungen (52%), frühmorgendliches Erwachen (37%), Einschlafstörungen (22%) und lautes Schnarchen (22%) am häufigsten sind. Nächtliche Atemnot tritt bei 49 Studienteilnehmern (12%), regelrechte Atempausen (Apnoe) bei 19 Patienten (4%) auf. 18 Prozent der Patienten leiden unter «restless legs» (unruhige Beine), 8 Prozent unter Alpträumen, 7 Prozent unter Halluzinationen.

Gemäss dem international etablierten «Epworth sleepiness Score», der die Schläfrigkeit tagsüber bewertet und sich aus den Antworten auf mehrere, im Fragebogen verteilte Fragen ableitet, sind 168 der Studienteilnehmenden, also 40%, von einer «exzessiven Tagesschläfrigkeit» betroffen.

Bei 210 Patienten (50%) deutet die Auswertung ihrer Fragebogen auf eine REM-Parasomnie hin. Diese Patienten klagen auch gehäuft über Einschlafstörungen, Atempausen, nächtliche Atemnot, unruhige Beine, Alpträume und Halluzinationen. Sie weisen überdies eine längere Krankheitsdauer auf, und ihr «Epworth sleepiness Score» (siehe oben) ist erhöht.

Immerhin 36 der 420 Studienteilnehmenden (9%) geben an, dass es bei ihnen zu Schlafwandeln kommt. Bei 22 von ihnen (5%) ist das Schlafwandeln im Erwachsenenalter neu aufgetreten. Dieser Wert ist zwölf Mal (!) höher als in der Gesamtbevölkerung (0,6%). Die Patienten, die über Schlafwandeln berichten, haben eine längere Krankheitsdauer, berichten häufiger über Halluzinationen und Alpträume und haben auch bezüglich der REM-Schlaf-Verhaltensstörung erhöhte Werte. ■

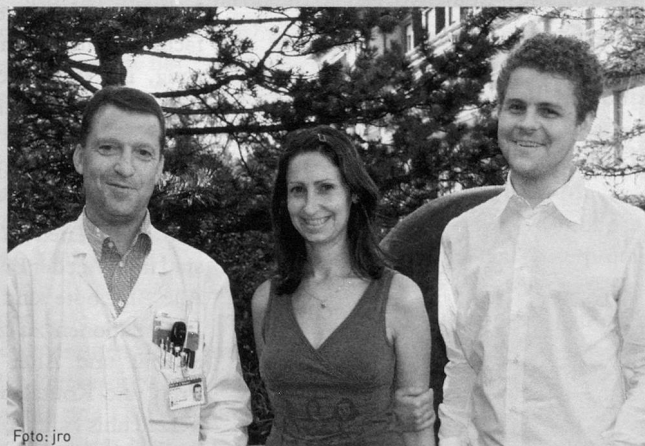


Foto: jro

▲ Grosse Freude über die hohe Zahl der retournierten Fragebogen: Die Forscher des Universitäts-spitals Zürich, Prof. Dr. med. Claudio Bassetti, Dr. med. Rositsa Poryazova und Prakt. med. Michael Oberholzer sammelten anhand der Studie neue Erkenntnisse über Schlaf-Wach-Störungen bei Parkinson.