

# Kreativität in Bern

Autor(en): **Robmann, Eva**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): - **(2021)**

Heft 144: **Fühlen bei Parkinson = Nociception et Parkinson = Tatto e percezione del dolore**

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1034968>

## **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.



In Bern galt die Maskenpflicht. Fotos: Kurt Heuberger

# Kreativität in Bern

Das dominierende Thema an der Informationstagung in Bern war Kreativität. Von zu wenig bis zu viel war die Rede.

Das Interesse an der Informationstagung vom 8. September im Inselehospital war gross, trotz Einschränkungen wegen Covid-19. Über 130 Interessierte lauschten den Vorträgen. Es galten Maskenpflicht und Abstand. Dominierendes Thema war die Kreativität im Zusammenhang mit der Parkinsonkrankheit. Die Themenpalette reichte von vermehrter kreativer Tätigkeit bis zu kreativen Therapieansätzen.



Dr. med. Ines Debove.

Die Neurologin Dr. med. Ines Debove beschrieb, wie herausfordernd die Medikamenteneinstellung bei Parkinson ist. «Die Krankheit zeigt sich bei allen Betroffenen individuell», sei dies mit oder ohne Zittern, mit oder ohne Verlust der Riechfähigkeit. «Eine falsche Medikamenteneinstellung kann zu Verhaltensauffälligkeiten führen.» Zu viel Dopamin könne Impulskontrollstörungen zur Folge haben. «Eine Patientin

war so euphorisch, dass sie Wände, Möbel und Waschmaschine täglich neu bemalte.»

Auf zu wenig Dopamin könnten Betroffene mit Apathie und Angst reagieren. Fehlten Lebensfreude und Motivation, sei dies für die Angehörigen ebenfalls belastend. «Es braucht ein Team, um das Mass bei der Medikamenteneinstellung zu finden», sagte Dr. med. Ines Debove. Dabei sollen auch die Betroffenen und deren Angehörige sowie die Therapeuten und Therapeutinnen mitwirken. Denn die Sprechstunde in der Arztpraxis sei nur eine Momentaufnahme.

Prof. em. Dr. med. Mathias Sturzenegger fand trotz Abwesenheit einen kreativen Weg, am Anlass teilzunehmen, per Video. «Es gibt kein *one size fits all*», sagte er, «kein Kochbuchrezept für alle. Bei Parkinson müssen immer individuelle Lösungen gesucht werden.» Er riet Betroffenen, Tagebuch zu führen (bei Parkinson Schweiz erhältlich), was dem Arzt wichtige Informationen liefere. Und er empfahl eine Bereitschaft zur Offenheit. Wenn eine Sportart nicht mehr gehe, solle man es mit einer anderen versuchen oder unkonventionelle Ansätze ausprobieren, sofern sie nicht zu teuer seien, z. B. Singen, um die Sprachfähigkeit zu trainieren. Statt sich zurückzuziehen, sei es besser, eine Aktivität in der Gruppe zu wählen, Wandern, Tanzen



Kreativität in Worte gefasst.

oder Tai Chi. Aktivitäten würden nicht nur Beweglichkeit und Gleichgewicht verbessern, sondern sie hätten auch einen sozialen und anti-depressiven Effekt.

Dr. phil. Eva Robmann

## Stichwort Kreativität

Die Anwesenden waren zu Beginn aufgefordert worden, auf bunten Blättern zu schreiben, was Kreativität für sie bedeutet und was ihnen mit Parkinson hilft. Einige Beispiele, die am Schluss hinten im Saal hingen:

- Wege suchen und finden; Wandern statt Velofahren
- Handarbeit; Basteln; Modellieren; Gestalten
- Gartenarbeit; in die Natur gehen
- Kochen; neue Rezepte ausprobieren; Backen
- Musizieren; komponieren
- Abseits der eingetretenen Pfade agieren; Neues ausprobieren
- Etwas machen, bei dem ich alles vergesse
- Tun, was mir gefällt