

BEI PARKINSON DIE LEBENSQUALITÄT ERHALTEN

Von **PROF. DR. MED. BERNHARD VOLLER**, Facharzt für Neurologie

ÜBER VIER MILLIONEN MENSCHEN LEIDEN WELTWEIT AN MORBUS PARKINSON; IN DER SCHWEIZ SIND ES ALLEIN 15'000. PROMINENTE WIE DER EHEMALIGE WELTKLASSEBOXER MUHAMMED ALI ODER DER AMERIKANISCHE SCHAUSPIELER MICHAEL J. FOX GINGEN MIT DER ERKRANKUNG AN DIE ÖFFENTLICHKEIT UND GRÜNDETEN STIFTUNGEN ZUR BEHANDLUNG VON PATIENTEN UND ZUR ERFORSCHUNG DER KRANKHEIT. BETROFFENE SOLLEN TROTZ DER KRANKHEIT DIE LEBENSQUALITÄT WEITESTGEHEND ERHALTEN KÖNNEN.

Nach Schätzungen wird die Zahl der Erkrankten bis ins Jahr 2030 auf rund 8,7 Millionen anwachsen. Meist tritt die Krankheit zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr auf. In seltenen Fällen zeigen sich die ersten Symptome bereits ab dem 30. Lebensjahr. Männer sind häufiger betroffen als Frauen.

URSACHE UND BESCHWERDEN

Die Ursache der Erkrankung ist trotz intensiver Forschung bis heute nicht eindeutig geklärt. Als Auslöser gilt das vermehrte spontane Absterben bestimmter Nervenzellen, die im Gehirn Dopamin produzieren. Durch den Verlust von Dopamin kommt es zu drei typischen Hauptbeschwerden: Unbeweglichkeit (Akinesie) mit Verlangsamung der Bewegungen, vermehrte Steifigkeit der Muskulatur (Rigor) sowie Zittern (Tremor), das meist in Ruhe auftritt und manchmal erst später zu den anderen Hauptbeschwerden hinzukommt. Fehlt der Tremor, dauert es oft länger, bis die Erkrankung erkannt wird. Die Unbeweglichkeit und die Steifigkeit werden dann fälschlicherweise dem Alter oder Erkrankungen des Bewegungsapparates zugeordnet.

DIAGNOSESTELLUNG

Weisen die neurologischen Symptome auf einen Morbus Parkinson hin, wird in der Regel mit einer medikamentösen Therapie begonnen. Verbessern sich die Symptome unter der Therapie, bestätigt dies die Diagnose. Diese orientiert sich meist an den typischen Beschwerden. Das ist aber insbesondere am Beginn der Erkrankung nicht immer einfach, da die «typischen» Parkinson-Symptome auch auf andere Erkrankungen hindeuten können. Zum Beispiel gibt es eine noch häufigere Form des Zitterns als jene, die mit dem Morbus Parkinson zusammenhängt. Beim sogenannten Essentiellen Tremor gibt es aber typischer Weise kein Zittern in Ruhe, sondern nur bei Aktivitäten.

BEURTEILUNG DURCH EINEN SPEZIALISTEN

Die wichtigste Massnahme bei einem Verdacht auf einen Morbus



DIE BEWEGLICHKEIT ERHALTEN, STÜRZE VERMEIDEN

Die Patienten können selbst viel zur Verbesserung der krankheitsbedingten körperlichen Beschwerden beitragen. Sportliche Betätigung – von Aerobic über Schwimmen bis zu Thai Chi oder Wandern – ist dabei besonders hilfreich. Während zu Beginn der Erkrankung die Bewahrung der körperlichen Beweglichkeit im Zentrum steht, geht es mit dem Fortschreiten zunehmend darum, Stürzen oder Gelenksversteifungen vorzubeugen.

DIE FRÜHERKENNUNG IST WESENTLICH

Das Informationsdefizit bei Morbus Parkinson ist leider ein grosses Problem. Da die Krankheit in der Regel schleichend und mit sehr individuellen Symptomen beginnt, ist es von immenser Bedeutung, diese möglichst früh feststellen zu können: Wird ein Morbus Parkinson frühzeitig erkannt, kann die medikamentöse Therapie zu fast vollständiger Symptombefreiheit führen, so dass die meisten Patienten ein nahezu normales Leben führen können. Die Lebenserwartung der Erkrankten ist dann etwa gleich hoch wie bei gesunden Menschen.

ANZEICHEN FÜR PARKINSON

Diese 10 Zeichen können darauf hinweisen, dass eine Person an einem Morbus Parkinson erkrankt ist. Kein Zeichen davon allein bedeutet, dass Sie einen Morbus Parkinson haben. Aber wenn Sie mehr als eines dieser Beschwerden haben, dann sollten Sie diese mit einem Arzt besprechen.

- Zittern, Schlottern, Schütteln von Gliedmassen
- Plötzlich eine kleinere Handschrift
- Verlust des Geruchssinns
- Schlafstörungen und plötzliche Bewegungen im Schlaf
- Schwierigkeiten beim Gehen, steife Gliedmassen
- Sehr häufige Verstopfung
- Leise oder heisere Stimme
- Ernstes, starres Gesicht (Maskengesicht)
- Schwindel oder Ohnmacht
- Geneigter Oberkörper

PUBLIKUMSVORTRAG

von Prof. Dr. med. Bernhard Voller

PARKINSON FRÜH ERKENNEN – LEBENSQUALITÄT ERHALTEN

Mittwoch, 20. Januar 2016</