

40% DER PARKINSON-PATIENTEN SUCHEN NACH ALTERNATIVEN HEILMETHODEN.

TATSÄCHLICH KÖNNEN AKUPUNKTUR UND ENTSPANNUNGSVERFAHREN BEGLEITSYMPTOME DER ERKRANKUNG WIE ERSCHÖPFUNG ODER DEPRESSION LINDERN. IM KLINIKUM BORNA FINDEN PATIENTEN EINE PROFESSIONELLE ANLAUFSTELLE FÜR IHR ANLIEGEN.

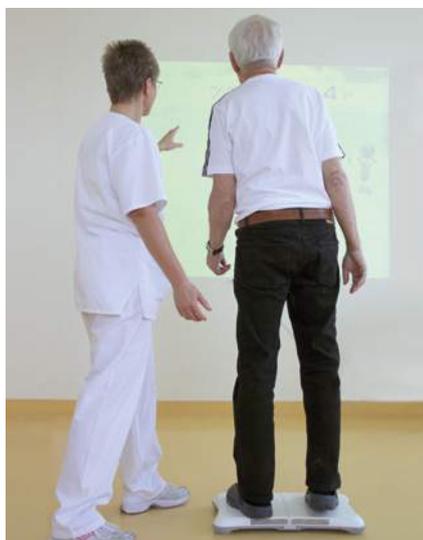
RAN AN DIE KONSOLE ...

Schon bei Friedrich Schiller heißt es: „Er (der Mensch) ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“ Diesem Gedanken folgend ergründen die Ärzte und Therapeuten der Klinik für Neurologie das therapeutische Potenzial von Spielekonsolen in der Behandlung von Patienten mit einer Parkinsonerkrankung. Die Spiele sind ein Therapieelement in einer Komplexbehandlung, bestehend aus der medikamentösen Therapie, Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und der psychologischen Betreuung. Die Komplexbehandlung zielt auf eine Verbesserung der Bewegungs- und Sprachfähigkeit, sodass die Patienten so lange wie möglich ein weitgehend selbstständiges Leben führen können. Um das zu erreichen, bekommt jeder Patient in Borna ein Therapieprogramm mit genau den Maßnahmen, die ihm am besten helfen. Zusammengestellt und angepasst wird das Programm in regelmäßigen Teamsitzungen, an denen neben den Therapeuten, der behandelnde

Arzt und eine Pflegekraft teilnehmen. Darüber hinaus können Patienten auch nach Abschluss der stationären Behandlung unter sport- oder physiotherapeutischer Anleitung in der neurologischen Rehasportgruppe der Klinik weiter trainieren.

Einer der Patienten, die an der Spielekonsole üben, ist Herr Arnold. Die Diagnose Parkinson wurde bei ihm vor drei Jahren gestellt. Seit Abschluss der stationären Behandlung besucht er die neurologische Rehasportgruppe der Klinik. Für die heutige Einheit steht das Training der Balance und der Koordination im Mittelpunkt. Der 77-Jährige und die Physiotherapeutin Elke Halfter sind mitten in den Vorbereitungen. Über einen Beamer wird die Spielgrafik an die Wand projiziert. Herr Arnold steht auf einem weißen, circa fünf Zentimeter hohen Balance Board, das ein wenig an eine Personenwaage erinnert. Die Knie sind leicht gebeugt, und sein Blick fokus-





siert die Bewegung einer Kugel. Über das feine Verlagern des Körpergewichtes auf den Füßen übt der Patient schon mal, wie sich die Kugel steuern lässt.

Parkinson ist eine der häufigsten Erkrankungen des zentralen Nervensystems im höheren Alter. Die augenfälligsten Zeichen der Erkrankung sind Störungen der Motorik: Die Betroffenen bewegen sich langsam und kleinschrittig, ihre Körperhaltung ist unsicher, sie spüren eine Steifheit in der Muskulatur, im Ruhezustand zittern die Hände. Typisch ist zudem eine vornübergebeugte Haltung. Ausgelöst werden die Beschwerden durch ein Absterben von Nervenzellen, die einen Botenstoff – das Dopamin – produzieren. Das fehlende Dopamin bringt das Zusammenspiel der Botenstoffe durcheinander, das für die koordinierte Ansteuerung der Muskulatur und flüssige Bewegungen verantwortlich ist. Was genau dazu führt, dass die Nervenzellen absterben, ist bislang ungeklärt. In Deutschland sind etwa 220 000 bis 400 000 Menschen von der Erkrankung betroffen. „Die große Spannweite der Zahlen ist dadurch zu erklären, dass die Krankheitszeichen häufig fehlinterpretiert werden“, erklärt Dr. Alexander Reinshagen, Chefarzt der Klinik für Neurologie. „Es gibt viele Erkrankungen, die zwar aussehen wie eine

DER BRITISCHE ARZT JAMES PARKINSON BESCHRIEB DIE ANZEICHEN DER KRANKHEIT ZUM ERSTEN MAL IM JAHR 1817 IN SEINER ABHANDLUNG „ÜBER DIE SCHÜTTELLÄHMUNG“. SPÄTER WURDE DAS LEIDEN NACH IHM BENANNT. DER BEGRIFF SCHÜTTELLÄHMUNG GILT ALLERDINGS HEUTE ALS VERALTET.



Parkinsonserkrankung, aber keine sind. Umso wichtiger ist es, dass die Patienten von einem erfahrenen und auf das Krankheitsbild spezialisierten Arzt diagnostiziert und weiter betreut werden.“ In ähnlicher Weise hat es auch Herr Arnold erlebt. „Die ersten Veränderungen bemerkte ich schon vor vier oder fünf Jahren“, erzählt er. „Das war beim Hundesport. Vor mir lief ein anderer Mann mit seinem Hund. Und ich habe mich gewundert, warum er so kräftig ausschreitet und ich solche kleinen Schritte machen muss.“ Herr Arnold maß dem zunächst keine Bedeutung bei. Es war eine Achillessehnenverletzung, die die Ärzte auf die richtige Spur brachte. Die behandelnde orthopädische Chirurgin am Klinikum bemerkte das auffällige Gangbild des Patienten. Zudem litt Herr Arnold unter Schmerzen in der Schulter. Daraufhin bat die Ärztin die Kollegen aus der Klinik für Neurologie um eine neurologische Diagnostik. „Eine absolut richtige Entscheidung“, sagt Dr. Reinshagen. „Eine Parkinsonserkrankung kann mit Schmerzen in der Schulter beginnen. Spätestens, wenn ein Patient das so typische verlangsamte Gangbild und die vornübergebeugte Haltung zeigt, sollten Ärzte eine Parkinsonserkrankung in Betracht ziehen.“

Für viele Betroffene ist die Diagnose Parkinson zunächst ein Schlag. „Es stimmt natürlich, dass die Erkrankung bislang nicht heilbar ist“, sagt Dr. Reinshagen. „Aber sie ist heutzutage gut behandelbar. Das Wichtigste ist die Bewegung.“ In diesem Sinne geht es den Therapeuten in Borna immer auch darum, Angebote zu machen, wie der Patient Bewegung in seinen Alltag einbauen kann – etwa durch eine Spielkonsole. „Versuchen Sie durch Verlagerung Ihres Körperschwerpunktes die Kugeln so zu bewegen, dass sie durch das Loch fallen“, sagt Elke Halfter zu ihrem Patienten. „Ich drücke auf Start, und dann geht's los.“ Die Physiotherapeutin betont die Bedeutung des Gleichgewichtstrainings: „Menschen mit einer Parkinsonerkrankung haben eine verringerte Haltungskontrolle, und sie neigen durch ihre Kurzsichtigkeit dazu, das Gleichgewicht zu verlieren.“ Mit kleinen, von außen fast

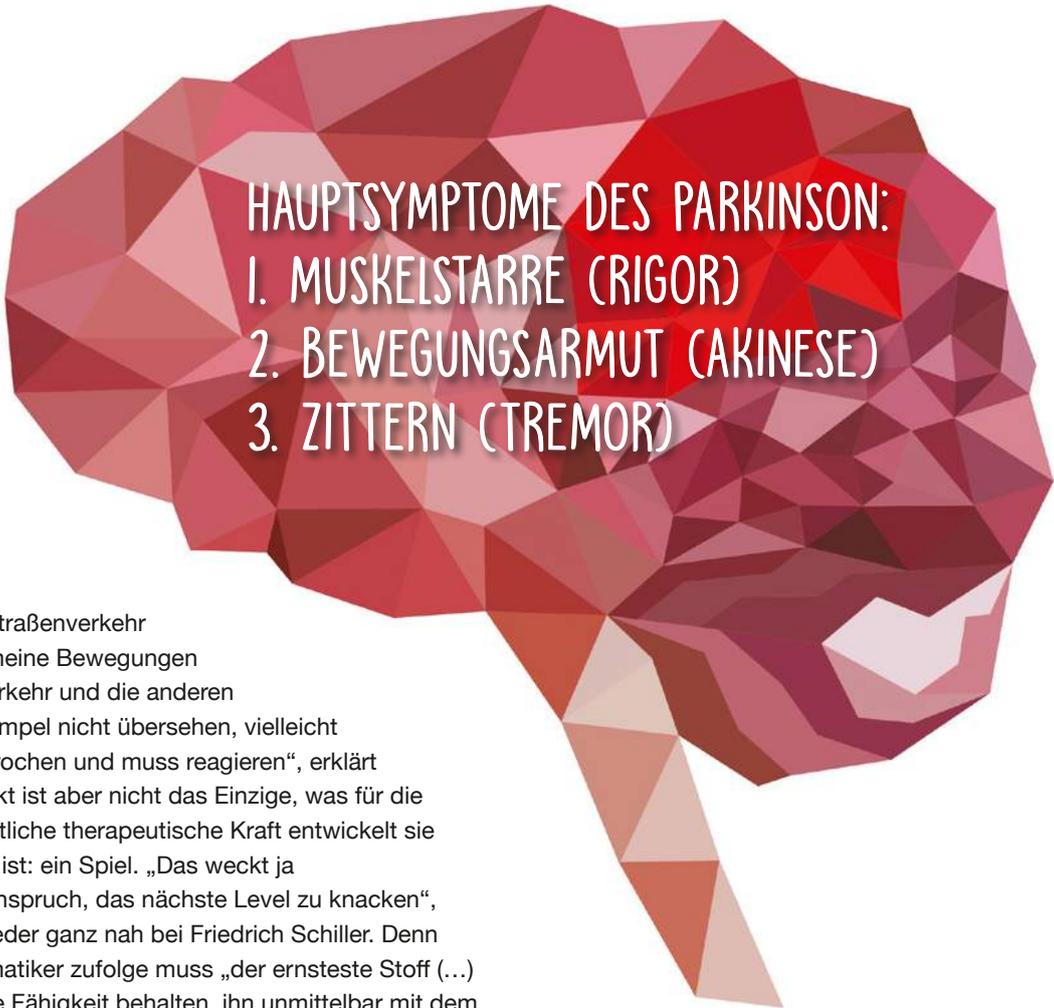
Einmal im Monat trifft sich die Selbsthilfegruppe zum Erfahrungsaustausch, zu Vorträgen oder Unternehmungen. An Parkinson erkrankte Menschen aller Altersgruppen und ihre Angehörigen sind herzlich eingeladen. Jeder 3. Donnerstag im Monat, 16–18 Uhr, Ort nach Vereinbarung. Anmeldung über Christine Gedicke, Telefon 0171 3345875.



nicht sichtbaren Bewegungen steuert Herr Arnold die Kugeln auf der Platte, bis sie in das Loch fallen. Automatisch wird er zum nächsten Level geführt. Von Level zu Level steigt die Anzahl der Kugeln, und die Formen, auf denen er die Kugeln balancieren muss, werden schwieriger. Das Ziel des Spiels ist es, in einer vorgegebenen Zeit so viele Level wie möglich zu absolvieren.

Dass ein Training an der Spielkonsole einen handfesten therapeutischen Nutzen bringt, das belegen mittlerweile auch Studien. Je nach Programm lassen sich durch regelmäßiges Spielen die Balance verbessern, Schrittlänge vergrößern sowie Gehgeschwindigkeit erhöhen und auch kognitive Fähigkeiten stärken. Bereits ein genauerer Blick auf das Kugelspiel von Herrn Arnold zeigt, warum das so ist. Über das Navigieren der Kugeln werden neben Koordination und Gleichgewicht auch geistige Fähigkeiten angesprochen wie zum Beispiel Raumvorstellung, zielgerichtete Bewegungsplanung und geteilte Aufmerksamkeit – eine Kombination, die im täglichen Leben von größter Bedeutung ist. „Im Alltag brauchen wir

PARKINSON IST
HEUTZUTAGE GUT
BEHANDELBAR.



HAUPTSYPMTOME DES PARKINSON: 1. MUSKELSTARRE (RIGOR) 2. BEWEGUNGSARMUT (AKINESE) 3. ZITTERN (TREMOR)

auch Motorik und Kognition. Im Straßenverkehr zum Beispiel muss ich nicht nur meine Bewegungen steuern. Ich muss auf den Autoverkehr und die anderen Fußgänger achten, darf die rote Ampel nicht übersehen, vielleicht werde ich von jemandem angesprochen und muss reagieren“, erklärt Elke Halfter. Der funktionale Aspekt ist aber nicht das Einzige, was für die Konsole spricht. Eine ganz wesentliche therapeutische Kraft entwickelt sie über das, was sie im Eigentlichen ist: ein Spiel. „Das weckt ja den Ehrgeiz. Man hat dann den Anspruch, das nächste Level zu knacken“, sagt Herr Arnold und ist damit wieder ganz nah bei Friedrich Schiller. Denn dem berühmten Dichter und Dramatiker zufolge muss „der ernsteste Stoff (...) so behandelt werden, dass wir die Fähigkeit behalten, ihn unmittelbar mit dem leichtesten Spiel zu vertauschen.“

In der neurologischen Rehasportgruppe können Parkinsonpatienten nach abgeschlossener Behandlung weiter trainieren. Sie werden dabei von fachkundigen Physiotherapeuten des Klinikums angeleitet. Interessenten benötigen lediglich eine Rehasportverordnung von ihrem Hausarzt oder Neurologen und die Zustimmung der Krankenkasse. Das Training findet einmal wöchentlich statt und ist für die Teilnehmer kostenfrei. Wer mitmachen möchte, der melde sich einfach mit der Verordnung am Institut für therapeutische Medizin für die Gruppe an: Montag bis Freitag zwischen 6.30 und 18.00 Uhr.

