

PARKINSON-KRANKHEIT – WENN SICH BEWEGUNGEN VERÄNDERN



Foto: © Robert Kneschke / Fotolia

LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

bei Ihnen wurde die *Parkinson-Krankheit* (Fachbegriff: *Morbus Parkinson*) festgestellt oder es besteht der Verdacht darauf. Bei dieser Nervenerkrankung ist die Beweglichkeit eingeschränkt. Diese Information soll Sie und Ihre Angehörigen unterstützen, die Erkrankung zu verstehen und Ihnen Hinweise und Hilfen zum Umgang mit ihr geben.

Auf einen Blick: Parkinson-Krankheit

- In Deutschland haben etwa 220 000 Menschen eine Parkinson-Krankheit.
- Die Gehirnzellen, die für die Bewegungen zuständig sind, sterben nach und nach ab.
- Die Bewegungsfähigkeit wird zunehmend eingeschränkt: Bewegungen werden langsamer und Greifen fällt schwerer. Vor allem in Ruhe zittern Hände und Füße.
- Eine Behandlung kann Beschwerden lindern. In Frage kommen zum Beispiel Krankengymnastik und Medikamente.

► DIE ERKRANKUNG

Im Gehirn verständigen sich die Nervenzellen mithilfe von bestimmten Botenstoffen. Der Botenstoff *Dopamin* hilft zum Beispiel dabei, dass die Nervenzellen die Bewegungen der Muskeln miteinander abstimmen. Bei der Parkinson-Krankheit sterben die Gehirnzellen, die Dopamin herstellen, nach und nach ab. Ohne Dopamin können die Nervenzellen die Bewegungsabläufe nicht mehr richtig „absprechen“. Das erschwert die Bewegung der Muskeln immer mehr.

Warum die Nervenzellen absterben, ist bei drei Viertel der Erkrankten bislang unklar. Die Fachleute sprechen dann von einem *idiopathischen Parkinson-Syndrom*. Um dieses geht es in dieser Information.

► ANZEICHEN UND BESCHWERDEN

Kennzeichnend ist, dass Betroffene sich zunehmend langsam bewegen. Es fällt ihnen schwer, eine Bewegung zu beginnen. Muskelbewegungen werden auch kleiner: Erkrankte laufen häufig mit Trippelschritten, die Arme schwingen weniger mit und sie schreiben zunehmend kleiner. Ihr Gesicht wird ausdrucksloser, sie schlucken seltener und die Stimme wird leiser. Bei Krankheitsbeginn ist meist nur eine Körperseite betroffen.

Weitere wichtige Auffälligkeiten sind übermäßig angespannte Muskeln und ein Muskelzittern in Ruhe.

Folgende Anzeichen können hinzukommen:

- Empfindungsstörungen wie Schmerzen, fehlender Geruchssinn, Kribbeln, Taubheitsgefühl
- Veränderung von Körperfunktionen wie Blutdruck, Temperatur, Blasen- und Darmtätigkeit, gestörte sexuelle Funktionen
- Schlafstörungen und seelische Erkrankungen wie Depression
- Vergesslichkeit, Erinnerungslücken und nachlassende Aufmerksamkeit

Die Erkrankung verläuft ganz unterschiedlich. Meist nehmen die Beschwerden langsam über Jahre zu.

► UNTERSUCHUNGEN

Besteht bei Ihnen der Verdacht auf die Parkinson-Krankheit, sollten Sie einen Facharzt oder eine Fachärztin aufsuchen, der oder die sich gut damit auskennt. Schildern Sie ausführlich Ihre Beschwerden. Hilfreich ist es, jemanden mitzunehmen, der die Veränderungen auch beschreiben kann. Der Arzt oder die Ärztin prüft Ihre Reflexe und andere Nervenfunktionen. So lässt sich feststellen, ob es sich um die Parkinson-Krankheit handelt oder ob andere Gründe für Ihre Beschwerden vorliegen. Um dies auszuschließen, sollte zusätzlich eine Computertomografie (CT) oder Magnetresonanztomografie (MRT) des Kopfes erfolgen.

► BEHANDLUNGEN

Die Parkinson-Krankheit schreitet stetig voran. Sie ist nicht heilbar. Es gibt jedoch verschiedene Möglichkeiten, um die Beschwerden zu lindern.

Von Anfang an soll Ihnen Krankengymnastik angeboten werden. Sie verbessert die Beweglichkeit, Gangsicherheit und erhält die Muskelkraft.

Medikamente können den Mangel an Dopamin ausgleichen. Sie wirken unterschiedlich und können auch gemeinsam zum Einsatz kommen. Sie helfen gut gegen die Bewegungsstörungen. Sie verhindern aber nicht, dass die Nervenzellen weiter absterben.

Nach mehreren Jahren wirken die Medikamente nicht mehr so gut. Dann sollen sie neu angepasst werden. Das heißt zum Beispiel: die Dosis steigern oder Medikamente miteinander kombinieren. Dies kann auch das Risiko für Nebenwirkungen erhöhen. Bekannt sind unter anderem niedriger Blutdruck, Schwindel, Übelkeit, Durchfall und Schläfrigkeit. Langfristig können übermäßige, unkontrollierte Bewegungen auftreten. Es ist möglich, dass sich durch die Medikamente die sexuelle Lust steigert. Auch Spiel- oder Kaufsucht und Zwangshandlungen sind bei der Einnahme bestimmter Mittel möglich. Besprechen Sie deshalb mit Ihrem Behandlungsteam, ob Ihnen mehr Medikamente mehr Vorteile als Nachteile bringen.

Wenn Medikamente nicht ausreichend wirken, kann ein operativer Eingriff am Gehirn in Frage kommen. Der Fachbegriff dafür ist *Tiefe Hirnstimulation*. Er kann Beschwerden verringern, ist aber mit mehr Risiken verbunden.

Ergotherapie hilft, dass Sie sich möglichst lange im Alltag selbst versorgen können und sollte Ihnen angeboten werden. Bei Sprechstörungen sollte Ihr Arzt oder Ihre Ärztin Ihnen Logopädie anbieten. Diese bessert Lautstärke und Verständlichkeit. Auch Schluckbeschwerden sollten logopädisch behandelt werden.

► MEHR INFORMATIONEN

Quellen, Methodik und weiterführende Links

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen der S3-Leitlinie „Idiopathisches Parkinson-Syndrom“.

Methodik und benutzte Quellen: www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/parkinson

Weitere Kurzinformationen für Patienten: www.patinfo.org

Kontakt zu Selbsthilfegruppen

Wo Sie eine Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): www.nakos.de, Tel.: 030 3101 8960

1. Auflage, 2017

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Im Auftrag von: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)

und Bundesärztekammer (BÄK)

Telefax: 030 4005-2555

E-Mail: patienteninformation@azq.de

www.patinfo.org

www.azq.de



► WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

- Fachleute empfehlen regelmäßige Kontrolluntersuchungen. So kann man den Verlauf überprüfen und bei Bedarf die Behandlung anpassen.
- Die Medikamente wirken nicht bei jedem gleich. Richten Sie sich darauf ein, dass es einige Zeit dauern kann, bis Ihre Behandlung richtig eingestellt ist.
- Im Tagesverlauf kann sich die Wirkung der Medikamente verändern. Daher sollten Sie eine halbe Stunde vor und anderthalb Stunden nach dem Essen keine Mittel mit dem Wirkstoff L-Dopa einnehmen.
- Krankengymnastik kann Ihre Beweglichkeit und Ihre Selbstständigkeit im Alltag erhalten. Versuchen Sie, diese Behandlungsmöglichkeit zu jedem Zeitpunkt Ihrer Erkrankung zu nutzen.
- Sie können an einer Patientenschulung teilnehmen.
- Hilfe bei persönlichen oder beruflichen Schwierigkeiten sowie bei rechtlichen Fragen erhalten Sie zum Beispiel durch Sozialdienste, Beratungsstellen oder Selbsthilfeorganisationen.
- Bei seelischen Problemen können Sie psychotherapeutische Unterstützung erhalten.
- Sie dürfen Fahrzeuge der Gruppe 1 wie PKW und Krafträder führen, wenn Ihre Fahreignung überprüft wurde. Kraftfahrzeuge der Gruppe 2 (LKW, Bus, Taxi) dürfen Sie nicht führen.
- Es kann hilfreich sein, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen, zum Beispiel in Selbsthilfegruppen.
- Zu Beginn beeinflusst die Erkrankung Sie kaum. Mit der Zeit brauchen Sie mehr Unterstützung. Vielleicht hilft es Ihnen, wenn Sie sich frühzeitig Gedanken machen, wie Sie versorgt werden möchten. Besprechen Sie dies mit Ihren Angehörigen und fragen Sie Ihr Behandlungsteam nach den Möglichkeiten.

Mit freundlicher Empfehlung