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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2011)

Heft: 103: Interview : Prof. Hans-Peter Ludin zieht Bilanz = le prof. Hans-Peter Ludin tire le bilan = Intervista : il prof. Hans-Peter Ludin fa un bilancio

Rubrik: Consulenza

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Domande a Elisabeth Ostler, infermiera

Cattiva mobilità notturna: che fare?

Mio marito ha il Parkinson da sei anni. Da alcune settimane, di notte ha sempre più difficoltà a girarsi nel letto. Io non ho molta forza, e aiutarlo a voltarsi sull'altro lato mi costa uno sforzo enorme. Inoltre il fatto di dovermi alzare in piena notte per aiutarlo mi affatica molto. Cosa ci consiglia?

Se la mobilità è nettamente peggiore di notte che durante il giorno, si può trarre giovamento da un'ottimizzazione della terapia medicamentosa: chiedete consiglio al neurologo. In aggiunta a ciò, nell'ambito della fisioterapia suo marito dovrebbe allenare la mobilizzazione nel letto. A questo fine sono molto utili anche i corsi di cinestetica per pazienti e congiunti proposti da Parkinson Svizzera, durante i quali lei può imparare – insieme a suo marito – la tecnica giusta per aiutarlo a girarsi senza sovraccaricarsi fisicamente.

Un mezzo ausiliario semplice, ma apprezzatissimo per la sua utilità, è il telo per transfert. Piegato in due e steso sotto il paziente, questo telo realizzato in un materiale molto scivoloso agevola enormemente la manovra. Gli strati di tessuto scivolano talmente bene l'uno sopra l'altro che per muoversi ci vuole pochissima forza. Così i pazienti riescono nuovamente a girarsi senza aiuto, sgravando notevolmente chi si prende cura di loro.

Cosa si può fare per evitare gravi cadute?

Da un po' di tempo mio marito cade spesso in maniera talmente improvvisa e sorprendente che io non ho alcuna possibilità di reagire in tempo. Finora per fortuna se l'è sempre cavata con ferite leggere, ma abbiamo paura che un giorno o l'altro si faccia male seriamente. Può darci un buon consiglio?

Negli stadi avanzati della malattia di Parkinson le cadute sono purtroppo piuttosto frequenti. Ne parli in ogni caso con il neurologo, poiché spesso la marcia può essere resa più sicura adattando lo schema terapeutico.

Elisabeth Ostler è infermiera diplomata. Ha lavorato per 21 anni presso il Servizio di neurologia dell'Ospedale cantonale di San Gallo. Dal 2003 al 2008 ha operato in qualità di Parkinson Nurse presso la Clinica Helios di Zihlschlacht. Dal mese di febbraio 2009, dirige il settore «Cure e formazione» di Parkinson Svizzera.

Se ciò non basta per ridurre il rischio di cadute, si possono però adottare anche altri provvedimenti. Anzitutto si consiglia l'impiego regolare di un deambulatore. In secondo luogo la problematica connessa alle cadute può essere affrontata efficacemente eseguendo esercizi di deambulazione nell'ambito di una fisioterapia regolare. Inoltre è utile osservare attentamente in quali situazioni suo marito tende a cadere e come avvengono esattamente le cadute. Quali parti del corpo riportano ferite? Suo marito cade lateralmente sull'anca, oppure sul sedere, oppure ancora sulle ginocchia?

Una volta stabilito quali sono le parti più a rischio, bisogna proteggerle in maniera mirata. In caso di cadute su un fianco, conviene indossare pantaloni muniti di salva-anche. In caso di cadute reiterate sul sedere, sono invece indicati pantaloni dotati di una protezione per il coccige e la parte terminale della colonna vertebrale. Se suo marito cade sempre sulle ginocchia, si consiglia l'uso di ginocchiere. La ditta «PD Care» di Männedorf ZH (tel. 044 480 02 20, www.pdcare.ch) fabbrica pantaloni protettivi molto innovativi, e in più accorda prezzi di favore ai membri di Parkinson Svizzera.

La voce diventa sempre più fioca e poco chiara.

Ultimamente mia moglie, malata di Parkinson, parla con una voce fioca e in maniera talmente poco chiara che non riesco quasi più a capire ciò che dice. Se le chiedo di ripetere qualcosa, reagisce spesso con irritazione. Questa situazione è pesante per entrambi, poiché eravamo soliti parlare molto tra di noi.

L'eloquio può effettivamente cambiare nel corso della malattia di Parkinson. In tal caso i malati parlano con un filo di voce e in maniera indistinta, spesso però senza esserne consapevoli. Tanto per lei quanto per sua moglie è quindi importante rendersi conto del fatto che il peggioramento dell'eloquio è dovuto alla malattia. Un allenamento mirato del volume di voce, eseguito di preferenza con una logopedista, può contribuire a migliorare nuovamente la comunicazione verbale. Inoltre le consiglio di mettere in pratica i suggerimenti qui di seguito.

Sia paziente: lasci sempre a sua moglie il tempo necessario per rispondere con calma alle domande! Mentre parlate, elimini i rumori di sottofondo (ad es. radio o televisore). Se non capisce qualcosa, chieda gentilmente a sua moglie di ripetere ciò che ha detto alzando un po' la voce. Nella vita quotidiana, allenatevi regolarmente – e insieme – a parlare a voce più alta: a questo fine, potete ad esempio stare in locali diversi e gridarvi qualcosa. Anche parlare al telefono è un buon esercizio. Per finire, anche cantare è utile per migliorare il volume e rendere più vivace la voce.

Eventualmente potrebbe essere una buona cosa se il neurologo inviasse sua moglie da una logopedista che applica il *Lee Silverman Voice Treatment*: questo metodo è stato sviluppato da due terapiste della voce per la paziente Lee Silverman, la cui famiglia aveva i suoi stessi problemi. Se parla tedesco o francese, nel nostro Shop può ordinare il CD *Logopädieübungen für Parkinsonbetroffene*: gli esercizi regolari con questo CD aiutano a rendere la voce più forte e chiara. ■

DOMANDE SUL PARKINSON?
Scrivete alla redazione Parkinson, casella postale 123, 8132 Egg, e-mail: presse@parkinson.ch

Foto: fotolia