

<b>Zeitschrift:</b>	Mitteilungsblatt der Schweizerischen Parkinsonvereinigung = Magazine d'information de l'Association suisse de la maladie de Parkinson = Bollettino d'informazione dell'Associazione svizzera del morbo di Parkinson
<b>Herausgeber:</b>	Schweizerische Parkinsonvereinigung
<b>Band:</b>	- (1987)
<b>Heft:</b>	5
<b>Rubrik:</b>	Wie leben Sie mit Parkinson?

### **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:** 14.01.2026

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

# Wie leben Sie mit Parkinson?

Eine chronische Krankheit wie das Parkinsonsyndrom ist zweifellos eine Belastung. Eine Belastung in erster Linie für die Menschen, welche selber an der Krankheit leiden, aber auch für ihre Angehörigen und andere nahestehenden Personen. Worin besteht die Belastung?

Wie werden die Betroffenen damit fertig? Was hilft ihnen, gibt ihnen Kraft, bringt gewisse Entlastungen?

In dieser Nummer kommen alleinstehende Parkinsonpatienten zu Wort. Thema der nächsten Nummer wird dann die Belastung der Angehörigen sein. Was sind Ihre Erfahrungen zu diesem Thema? Schreiben Sie uns!

Redaktion

## Inhaltsverzeichnis

Wie leben Sie mit Parkinson?	4
Wir danken	5
Neues aus der Wissenschaft	7
Fragestunde	10
Leserbriefe	11
Parkinson persönlich	13
«Kleine» Hilfsmittel	14
Ferienorte	16
Beratung	17
Aus den Ortsgruppen	18
Adressen	20

## Table des matières

Nos remerciements	4
Nouveautés de la science	5
Lettres au bulletin	10
Les lectures s'expriment	11
Portrait de Parkinsoniens	13
«Petits» ustensiles d'aide aux handicapés	14
Lieux de vacances	16
Conseils	17
Nouvelles des groupes locaux	18
Adresses	20

## Sommario

Grazie	5
Novità della ricerca	6
Lettere al bollettino	10
Lettere dei lettori	11
Profilo di un malato di Parkinson	13
«Piccoli» mezzi ausiliari	14
Luoghi di vacanza	16
Consulenza	17
Dai gruppi locali	18
Indirizzi	20

Frau Ruth Hess hat einige Erfahrungen und Gedanken zusammengetragen von einer verwitweten und drei ledigen Parkinsonpatientinnen, die alle vier allein wohnen.

## 1. Frage:

**Findest Du es sehr schlimm, trotz deiner Krankheit allein zu wohnen?**

**A** Nein. Es gibt ja auch positive Seiten des allein Wohnens. Sicher ist man länger selbständige. Bei einem Partner ist die Gefahr gross, dass er zuviel hilft. Es ist für den Partner natürlich auch schwierig zu wissen, was der Patient selber noch kann und was zu viel ist für ihn, und dann erst noch wenn dies nicht alle Tage oder gar Tageszeiten gleich ist.

**B** Nein, im Gegenteil, ich bin froh, allein zu wohnen, so störe ich niemanden, und ich kann meinen eigenen Rhythmus einhalten.

**C** Nein, ich bin gerne allein. So ist niemand gezwungen, auf mich Rücksicht zu nehmen. Es stört niemanden, wenn ich langsam bin, wenn ich zu müde und zu steif bin, um am Abend noch aufzuräumen und Geschirr abzuwaschen, wenn mir eine Türe zuschlägt oder eine Tasse auf den Boden kracht.

**D** Ja, es fällt mir schwer, allein zu sein, vielleicht halt auch, weil ich an eine Familienrunde gewöhnt bin.

## 2. Frage:

**In welchen Situationen empfindest Du es am schwierigsten, allein zu sein?**

**A** Wenn man immer alles allein organisieren muss (auch die Hilfe). Wenn eine Arbeit eilt, und ich mehrere schlechte

Tage habe und warten muss, bis ich sie ausführen kann. Wenn ich mir überlege, wie lange beim Fortschreiten der Krankheit die gegenwärtig funktionierenden externen Hilfeleistungen genügen werden.

**B** Wenn ich moralisch auf dem Nullpunkt bin. Wenn ich stark schwindlig bin und ausgehen sollte oder schon unterwegs bin, wenn der Schwindel kommt.

**C** Am frühen Morgen, wenn ich vor Einsetzen der Medikamentenwirkung starke Krämpfe in den Beinen, manchmal auch Armen habe und eine Weile absolut hilflos bin.

**D** Wenn ich andere um Hilfe bitten muss, und diese Hilfe dann dankbar annehmen muss, auch wenn sie nicht so ausfällt, wie ich es gemeint hatte.

## 3. Frage:

**Was für Hilfen für Probleme hast Du gefunden?**

**B** Ich gehe nur noch mit einem Stock aus, dann sind Passanten und Automobilisten sogleich vielverständnisvoller und hilfsbereiter.

Wenn ich in der Wohnung umgefallen bin, so rutsche oder krieche ich bis zu einem Möbel, um mich daran wieder aufzuziehen.

**C** Seit ich selber nicht mehr gerne reise, lade ich eben meine Freunde zu mir ein, damit die Verbindung nicht abreisst, und ich habe recht viel Besuch.

Jeden Tag habe ich gute Zeiten und Stunden, wo die Medikamente kaum wirken, leider ganz unregelmässig, was Planen schwierig macht. Um die guten Zeiten voll zu nutzen, liegt immer eine Liste bereit, was die nächsten Tage zu tun wäre, sobald Hausarbeit, Einkaufen und Physiotherapie geschehen

sind. Die Post anschauen kann ich immer noch, wenn ich dann verkrampft und steif bin und sitzen muss. Wenn man gut einteilt und organisiert, hat doch recht viel Platz in einem Tag.

*Praktische Tips:* Nur noch neue Kleider kaufen, die vorne schliessen und weit genug sind. Immer etwas Notvorrat an Nahrungsmitteln und Medikamenten bereit haben für schlechte Tage, an denen man nicht ausgehen kann oder wenn die Hilfe ausfällt.

Das Kabel der Nachttischlampe mit dem Schalter an der günstigsten Stelle mit Klebstreifen am Nachttisch befestigen.

Ein Bettbogen hilft mir, dass keine Decke mehr meine Beine belastet bei den Krämpfen und

lässt mich auch leichter zur Seite drehen. Seit ich mich am Morgen nicht mehr auf den Ellbogen stützen kann, um die erste Kapsel zu schlucken und zu trinken dazu, stelle ich am Abend einen kleinen Becher mit einem halben Trinkhalm bereit auf einem niedrigen Stuhl, sodass ich am Morgen im Liegen nur den Arm ausstrecken muss und liegend trinken kann.

**D** Mir helfen die Anregungen und Vorschläge, die ich in der Parkinsongruppe erhalte.

Zum Baden benutze ich einen Sitz in der Badewanne sowie eine Haltestange (nicht nur Griff) sonst würde ich mich kaum mehr getrauen, allein zu baden.

Wir fanden, vielleicht sei es auch eine gute Seite des Alleinwohnens, dass man sich früher überlegen muss, was für Möglichkeiten offenstehen beim Fortschreiten der Krankheit. Wir können uns ja nicht einfach auf einen Partner verlassen (der ja auch einmal ausfallen könnte!).

So ist es wohl gut, wenn man sich informiert, was die Wohngemeinde anbietet, Betagtenhilfe, Gemeindeschwester und anderes mehr. Solange man noch kann, sollte man einige Alters- und Pflegeheime anschauen, um sich ein Vorstellung zu machen. Und dann sollte man auch den Mut haben, sich irgendwo anzumelden...

## Wir danken – Nos remercierments – Grazie

### Spenden/Dons

- im Gedenken an Dr. med. Karl Sigg-Wegbecher, Binningen, Mitglied der Schweiz. Parkinsonvereinigung . . . . .	Fr. 1510.–
- im Gedenken an Dr. Otto Klemm-Roniger, Rheinfelden, Mitglied der Schweiz. Parkinsonvereinigung . . . . .	Fr. 7255.–
- Agnes und Martin Bolle-Stiftung, Zürich . . . . . (zweckgebunden für Kontaktpersonentag)	Fr. 2800.–
- ADROKA AG, Allschwil (diese Firma stellt uns auch gratis den «Ratgeber für Parkinsonpatienten» zur Verfügung) . . . . .	Fr. 500.–
- Merck, Sharp & Dohme-Chibret AG, Zürich . . . . .	Fr. 200.–
- SWISSAIR, Kloten . . . . .	Fr. 500.–
- Carl Hüni-Stiftung, Winterthur . . . . .	Fr. 1000.–
- Schweiz. Rückversicherungsgesellschaft, Zürich . . . . .	Fr. 1000.–
- GLAXO AG, Bern . . . . .	Fr. 200.–
- Volkart Stiftung, Winterthur . . . . .	Fr. 300.–
- Clinique Paul Niehans SA . . . . .	Fr. 100.–
- im Gedenken an Frau A. Wirthwein . . . . .	Fr. 50.–
- Im Gedenken an Herrn Dreer, Basel . . . . .	Fr. 50.–
- Im Gedenken an Frau R. Schönenberger, Rickenbach . . . . .	Fr. 100.–
- Nous souhaitons la bienvenue au nouveau membre collectif, la fondation Gustaaf Hamburger, Crans . . . . .	Fr. 500.–

Ein spezieller Dank geht an dieser Stelle auch an die vielen nicht namentlich genannten Mitglieder, die 1986 ihren Mitgliederbeitrag an die Vereinigung aufrundeten.

Für die stets zunehmenden Aufgaben unserer Vereinigung sind wir sehr dankbar für Legate und Spenden, auch anstelle von Blumen bei Todesfällen. Unser Konto

SKA Rheinfelden  
PC 50-226  
Konto Nr. 19.222-10

Nous sommes toujours très reconnaissants si vous pensez à nous par des legs et dons, et également pour des dons à la place de fleurs lors d'un décès.

SKA Rheinfelden  
No. CCP 50-226  
compte No. 19.222-10