

Zeitschrift:	Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera
Herausgeber:	Parkinson Schweiz
Band:	- (1993)
Heft:	32: Aktive Transplantationsforschung = La transplantation : une recherche intensive
Rubrik:	Hilfsmittel : weitere Tips und Tricks = Moyens auxiliaires : de nouvelles idées

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: 06.02.2026

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

Hilfsmittel: Weitere Tips und Tricks

Bü. Victor Holman erzählt in "One Persons's Parkinson Pilgrimage", mit welchen Tricks er seinen Parkinson überlistet. Dabei braucht er den Ton als wichtigen Stimulus. Zum Beispiel setzt er seinen Stock mit rhythmischen Bewegungen so auf das Strassenpflaster auf, dass das dabei ertönende "Tack, tack, tack..." den Füßen das Tempo und den Takt für die Schritte angibt. Wenn der Impuls verstärkt werden muss, hilft er damit nach, dass er laut zählt oder Kinderverse aufsagt (die ja meist einen speziellen Rhythmus haben). Geeignet ist etwa: "Eis, zwei Bälle schelle, d'Chatz gaat uf Walliselle. Chunnt si wieder hei, hät sie chrummi Bei. Sigg, sagg, sugg und Du bisch ehr und redlich duss". Kommandi, ob man diese selber gibt oder ob einem diese jemand zuruft, sind oft sehr nützlich, um die Beine in Bewegung zu bringen. Oft werden sie eher befolgt, wenn sie in militärisch-lautem Ton gegeben werden.

Walkman hilft

Holman hat herausgefunden, dass er besser gehen kann, wenn er mit dem Walkman extrem rhythmische Musik hört. Dann kann er sogar auf den Stock verzichten. Dabei nimmt er verwunderte Blicke gerne in Kauf, wenn sich Menschen fragen, was für Musik dieser 60-jährige "Teenager" wohl hören mag. Wenn jemand fragt, erklärt er hingegen gerne, wozu die Musik aus dem Kopfhörer gut ist.

Drahtloses Telefon

Als Holman eines Tages in einer entfernten Ecke des Gartens war und unversehens eine Blockierung eintrat, erinnerte er sich daran, dass er ja sein drahtloses Telefon bei sich habe. Damit konnte er seine Frau im Haus erreichen. Durchs Telefon gab sie ihm die nötigen Kommandi "eins, zwei, links, rechts ..." und half ihm damit, wieder in Gang zu kommen. Seither ist das drahtlose Telefon ein ständiger Begleiter. Ganz allgemein fällt es ihm auch leichter, damit zu telefonieren. Wenn es läutet, muss er

nicht zum Apparat hasten (wobei er durch den Stress ohnehin blockiert wird). Mit dem drahtlosen Hörer in der Hand kann er ruhig zur Stereoanlage gehen, den Ton leiser stellen oder ein Dokument holen, das er für das Gespräch benötigt, ohne unnötig in der Wohnung umherzueilen und dabei womöglich noch zu stürzen.

Hindernis hilft gehen

Eine weitere Anregung kommt von R. Schallenger: Wenn der Patient oder die Patientin beim Gehen blockiert ist,

nützt es oft, wenn die Begleitperson ihren Fuss vor den Fuss des Patienten hinstellt. Dieser konzentriert sich dann darauf, das Hindernis zu überwinden und überwindet damit gleichzeitig seine Blockade.

Der nützliche Schuhbündel

Eine weitere Idee für ein einfaches Hilfsmittel steuert Frau S. Gallati bei. Sie trägt stets einen langen starken Schuhbündel im Sack mit sich. Wenn sie blockiert, schiebt sie sich den Bündel unter die Fusspitze und hebt so mit Hilfe des Bündels den Fuss an - und kann nun wieder gehen.

Das Telefon als Alarmanlage

Bü. Mit einer Behinderung allein zuhause sein mit der Gewissheit, dass im Notfall rasch eine Hilfe da ist: Das kann unter Umständen eine grosse Erleichterung bedeuten. In der letzten Zeit hat sich der TeleAlarm für Alleinstehende, Behinderte oder Berufsleute, die zu ungewohnten Tageszeiten allein arbeiten, als gutes Hilfsmittel erwiesen. Auch für Parkinsonpatienten kann ein solches Alarmsystem nützlich sein.

Die Installation ist einfach, denn es handelt sich um ein Zusatzgerät zum Telefon. Mit einem kleinen Sender kann jederzeit ein Telefonalarm ausgelöst werden, z.B. bei einem Sturz oder einer Blockade. Das Telefon läutet dann einer vorher programmierten Person an und meldet: "Hilfe, Hilfe, rufen Sie bitte folgende Telefonnummer an ...". Erfolgt der erbetene Rückruf, wird der Alarm beendet. Nimmt bei der ersten Telefonnummer niemand ab, so wird eine weitere Nummer angewählt. So ist gewährleistet, dass innert kurzer Zeit eine Hilfe da ist, wenn sie benötigt wird. Telealarm ist heute auf zwei Wegen erhältlich: Bei den PTT über die Nummer 113 oder 135 oder beim Telefon-Installateur. Das Monatsabonnement kostet 25 Franken (Verkaufspreis 2080 Franken). Bei diesem System sind 4 Telefonnummern programmierbar, die nacheinander bei einem Notruf angewählt werden. Will man als vierte

Nummer eine Notrufzentrale programmieren, so kostet die Einschreibgebühr 50 Franken, die monatliche Gebühr 30 Franken.

Eine erweiterte Version von Telealarm ist bei der Protektor VSSR erhältlich. Hier können sogar 8 Telefonnummern programmiert werden. Neben dem Notrufsender in Form eines Kästchens, das umgehängt oder am Gürtel befestigt werden kann, ist hier auch ein Sender in Form einer Armbanduhr erhältlich (mit etwas kleinerer Reichweite). Das Alarmsystem kann auch noch erweitert werden: Es gibt Zusatzgeräte für Einbruchsicherung, einen Feuermelder und eine Alarmsirene. Die Lokaleinheit kostet 2'500 Franken, der Sender 230 Franken. Diese Alarmanlage kann nicht gemietet werden.

Telefonapparat mit grossen Tasten

Wer mit dem Wählen von Telefonnummern Mühe hat, für den gibt es jetzt einen Apparat mit grossen Drucktasten (25 x 25 Millimeter). Darauf können bis 10 Rufnummern gespeichert werden, so dass für die am häufigsten gebrauchten Nummern das mühsame Anwählen wegfällt. Dieses Telefon, es trägt den Namen "Vital 2" kann gegen eine monatliche Apparategebühr von 10 Franken bei den PTT (Nummer 113) gemietet werden.

Moyens auxiliaires: de nouvelles idées

Bü. Dans son livre "One persons's Parkinson Pilgrimage", Victor Holman explique à ses lecteurs comment il utilise le son pour ruser avec sa maladie. Par exemple, il frappe le sol avec sa canne de façon à s'imposer un rythme de marche: le bruit provoqué par la canne, "toc, toc, toc", lui sert de métronome. Si ce petit truc ne suffit pas, il compte à haute voix ou récite une comptine (les comptines ont presque toutes un rythme bien particulier). Les ordres sont également très utiles en cas de blocage, qu'ils soient donnés par le malade lui-même ou par son accompagnant. Le style militaire serait tout particulièrement efficace...

Le baladeur

Holman a remarqué également qu'il marche beaucoup mieux, sans canne, en écoutant de la musique très rythmée. Il accepte sans gêne les regards étonnés des passants, qui croisent ce monsieur de soixante ans "aux goûts d'adolescent", et répond volontiers aux questions qu'on lui pose.

Le téléphone sans fil

Un jour qu'il s'est trouvé bloqué à l'autre bout de son jardin, Holman s'est souvenu qu'il portait sur lui son téléphone sans fil. Il a appelé sa femme qui a pu l'aider à repartir à l'aide des ordres habituels ("un, deux, gauche, droite"). Depuis, il ne se déplace jamais sans son téléphone. C'est aussi plus facile pour répondre: plus besoin de courir dès la première sonnerie, en risquant de trébucher ou de rester bloqué par le stress; on peut aussi se déplacer tranquillement en tenant l'écouteur, aller jusqu'à son installation stéréo pour baisser le son, ou dans son bureau pour chercher un document.

Des obstacles bienvenus

M. R. Schallenger explique comment la personne qui accompagne le malade peut l'aider à repartir en posant son pied devant lui. Les jambes se débloquent dès que la personne se concentre pour surmonter l'obstacle.

Le lacet de chaussure

Mme S. Gallati a trouvé un moyen auxiliaire tout simple. Elle porte

constamment dans son sac un lacet de chaussure, long et solide. Lorsque ses jambes se bloquent, elle pose le lacet sous la pointe du pied puis le tire vers le haut. Cette technique lui permet de reprendre sa marche.

Les systèmes d'alarme téléphonique

Bü. La certitude de pouvoir demander de l'aide en cas d'urgence constitue un immense soulagement pour toutes les personnes handicapées qui vivent seules. Le Téléalarm s'est déjà révélé très utile aux personnes seules et aux handicapés, ainsi qu'aux professionnels qui travaillent seuls à des heures inhabituelles. Les parkinsoniens peuvent eux aussi tirer profit de ce système.

L'installation est facile à réaliser: il suffit de connecter le nouveau système à l'appareil habituel. Un petit émetteur permet de déclencher une alarme téléphonique à tout moment, par exemple en cas de chute ou de blocage, et délivre un message au numéro programmé: "A l'aide, à l'aide, veuillez rappeler le numéro 000 000 00 00". L'alarme cesse dès que le correspondant a rappelé. Il est possible d'enregistrer plusieurs numéros, qui sont composés au fur et à mesure en cas de non-réponse. La personne handicapée est donc certaine de pouvoir obtenir de l'aide quand elle en a besoin.

Le Téléalarm est disponible auprès des PTT (113 ou 135) ou chez un concessionnaire. La taxe d'abonnement s'élève à Fr. 25.- par mois, le prix de vente à Fr. 2080.-. Le système permet de programmer quatre numéros. Si l'abonné souhaite enregistrer le numéro d'une centrale d'appels urgents, elle doit s'acquitter d'une taxe d'inscription de Fr. 50.- et d'une taxe mensuelle supplémentaire de Fr. 30.-.

La société alémanique Protektor VSSR dispose d'un système plus perfectionné, qui permet d'enregistrer huit numéros.

L'émetteur a la forme d'une petite boîte qui peut être portée en bandoulière ou à la ceinture, ou d'un bracelet-montre (pour de plus courtes distances). L'alarme téléphonique peut être complétée par une seconde alarme ou une sirène se déclenchant en cas d'effraction ou de feu. Le prix de vente de l'unité locale est de Fr. 2500.-, celui de l'émetteur Fr. 230.- (pas de location).

Appareil téléphonique à larges touches

Les personnes qui éprouvent des difficultés à composer les numéros de téléphone peuvent acquérir un appareil à larges touches (25 x 25 millimètres), qui permet également d'enregistrer dix numéros. Cet appareil très pratique est disponible auprès des PTT (113) sous le nom de "Vital 2". La taxe d'abonnement s'élève à Fr. 10.-.

(Fortsetzung von Seite 12)

bezogen werden. Es enthält sämtliche einschlägigen Bestimmungen (Voraussetzungen für den Anspruch, Anmeldung zum Bezug von Ergänzungsleistungen usw.).

Frage: Gibt es Rückversicherungen für Krankenkassen zur Bezahlung nicht krankenkassenzulässiger Medikamente?

Antwort: Es gibt Rückversicherungen für erhöhte Risiken z.B. für Transplantationen, wo es ohnehin um sehr hohe Beträge geht, nicht aber für Medikamente.

Es steht den Krankenkassen frei, nicht-krankenkassenzulässige Medikamente teilweise oder voll zu vergüten. Voraussetzung ist aber, dass der Arzt der Krankenkasse empfiehlt, die Kosten zu übernehmen.

L. Schmidlin