

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

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (1994)

**Heft:** 36

**Artikel:** Ergotherapie und Physiotherapie in Gruppen für Parkinsonpatienten = Ergothérapie et physiothérapie de groupe pour patients parkinsoniens

**Autor:** Martin, Mireille / Stettler, Francine / Dessibourg, Cl.-A.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-815842>

### **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:** 25.11.2025

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

## Ergotherapie und Physiotherapie in Gruppen für Parkinsonpatienten

Mireille Martin, Francine Stettler und Dr. med. Cl.-A. Dessibourg

### Einführung

Mehr als unter den «klassischen Drei» (Zittern, Steifheit, Akinese) leidet der Parkinsonpatient an Einsamkeit, Mutlosigkeit, oft an Demotivation, aber auch an Überprotektion durch seine Umgebung. Es entwickeln sich eine körperliche und die übergeordneten Bewegungen betreffende Ungeschicklichkeit, ein Verlassenheitsgefühl und eine Verminderung der gesellschaftlichen Aktivitäten. Dies nicht nur wegen seiner Behinderung, sondern wegen der psychologischen und sozialen Scham, die mit ihr verbunden sind.

Die Medikamente sind selbstverständlich der Eckstein für die Behandlung dieser degenerativen, langsam fortschreitenden und besonders schwer zu ertragenden Krankheit, aber zahlreiche individuelle und soziale Anregungen sind ebenfalls nötig. Vor über einem Jahr haben wir eine Physiotherapiegruppe, verbunden mit Ergotherapie, organisiert. Im folgenden berichten wir über unsere Erfahrungen.

### Methode

Die Gruppe von sechs bis zehn Patienten trifft sich unter Leitung einer Physiotherapeutin während drei Monaten einmal wöchentlich. Es erfolgt dabei eine Einteilung je nach dem Grad der Behinderung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Diese Art der Behandlung stiess sofort auf grosse Begeisterung, besonders auch bei der lokalen Selbsthilfegruppe der Schweizerischen Parkinsonvereinigung, bei Neurologen und Rehabilitationsärzten. Sie waren von uns vorgängig informiert worden und boten uns dann ihre Mitarbeit an.

### Ablauf der Zusammenkünfte

Durchgeführt werden Übungen für

– *allgemeine Beweglichkeit* der von Gelenkbeschwerden Betroffenen zu einem Rhythmus, der durch Tamburin oder Musik (Tango, Marsch, Charleston usw.) gegeben ist;

– *Gehen und Gleichgewicht* in verschiedenen Alltagssituationen: Treppen, Türe durchschreiten, Schwelle, halbe Drehung, Hindernislauf;

– *täglich vorkommende Positionsveränderungen* wie sich setzen und aufstehen (Lehnstuhl), sich drehen und aufstehen (Bett) usw.;

– *Koordination der Bewegungen* mit Stock- oder Ballspielen zu zweit oder in Gruppen, Fussballpässe, Benutzung von Bällen verschiedener Grössen und Gewichte;

– *die Haltung*, indem wir uns beim Sitzen und Stehen eine gerade Haltung angewöhnen und die Atmung schulen;

– *die Feinmotorik*, indem wir präzise Fingerbewegungen durchführen wie Kleider zuknöpfen, Schuhe binden, Wäscheklammern auf eine Leine klemmen;

– *die Atmung und Lautbildung* durch Gesang, das Lesen von Theaterstücken, verschiedenste Diskussionen, Rollenspiele usw.;

– *Entspannung und Koordination der Gesichtsmuskeln* durch Pantomime.

Zusätzlich zu diesen Wochensitzungen verteilen wir Handzettel mit der Beschreibung der verschiedenen Übungen, damit diese täglich zu Hause durchgeführt werden

können. Auch von der Pharmaindustrie herausgegebene und diesen Übungen gewidmete Bücher sind erhältlich.

### Einbezug der Ergotherapie

Weil im Alltag viele Behinderungen zu überwinden sind, gibt die Ergotherapeutin am Schluss der Zusammenkünfte praktische Ratschläge über Hilfsmittel, die sie meistens auch vorführt, und über deren Bezugsquellen. Auch Ideen zum Vereinfachen von Bewegungsabläufen, des Ankleidens usw. werden diskutiert.

### Anregung nach dem Treffen

Die Kursteilnahme bringt den Patienten neben dem Gang aus dem Haus Kontakte und die Möglichkeit zu Gesprächen. Sie können von ihren Erfahrungen sprechen, eine aktive Rolle spielen. Sie geben Anregungen für die lokale Parkinson-Selbsthilfegruppe, für die tägliche Gymnastik, aber sie erzählen auch über Gartenarbeiten, Tagebuchführen, Haushalten in der eigenen Wohnung usw. Patienten und ihre Familien treffen sich manchmal nach den Sitzungen für einen zusätzlichen Erfahrungsaustausch.

### Auswertung der Resultate

Am Schluss des Kurses wurde den Patienten ein detaillierter, anonym gehaltener Fragebogen abgegeben, der von allen minutiös ausgefüllt wurde, obwohl kein Zwang dafür bestand. Auf die Frage, ob die Patienten gerne zu diesen Zusammenkünften gekommen seien, wurde einstimmig geantwortet, dass es sich um eine wichtige, spielerische und angenehme Abwechslung im Wo-

chenplan gehandelt habe. Manche Patienten hatten an diesen Treffen auch zum ersten Mal Gelegenheit, Parkinsonbetroffene mit unterschiedlichen Krankheitsgraden kennenzulernen. Diese Kontakte wurden gleichzeitig als stimulierend im körperlichen und bereichernd im geistigen Sinn gewertet.

Die Übungen im Gruppenverband wurden als praktisch empfunden, weil die Kranken dabei im gegenseitigen Wettbewerb stehen, während das Durchführen der Übungen zu Hause schwieriger sei. Geschätzt wurden alle dynamischen Übungen mit Bällen, Stöcken und Musik, die Bodenübungen dagegen wurden als ermüdend und manchmal beängstigend bezeichnet. Insgesamt war die Auswertung äusserst positiv, und zwar nicht nur im Hinblick auf die erzielten physischen und psychischen Resultate, sondern auch wegen der Beurteilung der Therapeuten und der Gemeinschaft der Teilnehmer. Einige waren beglückt vom Humor ihrer Kollegen, andere entzückt, wieder tanzen zu können, wieder andere fanden Gefallen am Aufsagen von Gedichten oder am Auftreten als Redner oder Sänger (Behandlung von zu schnellem und undeutlichem Sprechen bei Parkinsonkranken).

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass Physiotherapie in Gruppen eine unvergleichliche Dynamik erzeugt, die in den meisten Fällen einer individuellen Behandlung weit überlegen ist. Sie ersetzt jedoch nicht die Behandlung der Gelenkversteifung und verträgt sich schlecht mit der Hydrotherapie oder der individuellen Behandlung gewisser schwerer Akinetiker, die leicht ermüden oder sehr ängstlich sind. Gleichwohl, die soziale Begegnung, die Gruppenübungen, das Wettstreifen im physischen wie psychischen Bereich sind äusserst wertvoll, und wir können diese Art

von Parkinsongruppen nur empfehlen. Ihr Zustandekommen ist weit einfacher, als man vermuten könnte, und zwar vor allem wegen der

Mithilfe der Parkinson-Selbsthilfegruppen.

Übersetzung: Eva Michaelis

## Neuigkeiten für Parkinsonpatienten

Die Schweizerische Parkinsonvereinigung und die Roche Pharma (Schweiz) AG haben eine Interessengemeinschaft **Patient im Alltag** gegründet. Sie hat zum Zweck, alle Bemühungen zu unterstützen, die Parkinsonpatienten und ihren Angehörigen das Leben mit der Krankheit erleichtern, aber auch neue Ideen zu entwickeln und zu fördern.

Ärzten und Patienten steht rund um die Uhr der **Telekiosk Parkinson** (Nummer 157 00 55) zur Verfügung, der Informationen über die Parkinson'sche Krankheit anbietet.

Um die Einnahme von flüssigen Medikamenten oder anderen Getränken zu erleichtern, wurde zusammen mit Betroffenen und Neurologen ein formschönes und patientengerechtes Trinkgefäss entwickelt, der **Roccalino**. Er kann über den Telekiosk Parkinson bestellt werden und ist zum Herstellungspreis von 15 Franken erhältlich.



## Nouveautés pour parkinsoniens

L'Association suisse de la maladie de Parkinson a mis sur pied, en collaboration avec la société Roche Pharma (Suisse) SA, la communauté d'intérêt qui s'appelle **Le Patient au Quotidien**. Son but est de soutenir les efforts qui sont déjà fournis pour aider les patients et leurs familles, et développer et encourager les nouveaux projets et idées.

Les médecins et les patients disposent également d'un **kiosque téléphonique** qui répond à toutes leurs questions 24 heures sur 24 au numéro 157 00 55.

Enfin, des neurologues et des patients ont aidé à la réalisation d'un joli gobelet très maniable, le **Roccalino**, qui facilite la prise des médicaments liquides et autres boissons.

Le Roccalino est facturé à son prix de revient, soit Fr. 15.-, et peut être commandé par l'intermédiaire du kiosque téléphonique.

## Ergothérapie et physiothérapie de groupe pour patients parkinsoniens

Par Mireille Martin, Francine Stettler et Cl.-A. Dessibourg

### Introduction

Bien plus que de la triade classique (tremblements, rigidité, akinésie), le parkinsonien souffre de solitude, de découragement, souvent de démotivation et de surprotection par son entourage. Il se produit une ankylose corporelle et des fonctions supérieures, un sentiment d'abandon, une réduction de ses activités sociales, non seulement de par son handicap mais à cause de la gêne psychologique et sociale consécutive à son affection. Les médicaments sont bien entendu la pierre d'angle du traitement de cette maladie dégénérative, lentement progressive et particulièrement pénible à supporter, mais des multiples stimulations individuelles et sociales ont été proposées. Depuis plus d'une année, nous avons organisé un groupe de physiothérapie associée à de l'ergothérapie; nous relatons ici notre expérience.

### Méthode

Le cours est réparti sur 3 mois à raison d'une séance hebdomadaire; il peut être envisagé sous la forme d'une cure annuelle ou en complément à une thérapie individuelle. Les séances sont préparées puis animées par une physiothérapeute et une ergothérapeute. Le personnel soignant ne change pas pendant tout le traitement. Les patients, de 6 à 10 par groupes, sont répartis selon le degré de leur handicap. D'emblée, un grand enthousiasme est né pour ce genre de traitement et ce en particulier grâce à la collaboration locale de l'Association de la maladie de Parkinson, des neurologues et des médecins s'occupant de réhabilitation. Une information préalable a été distribuée aux thérapeutes et aux patients.

### Le déroulement des séances

Nous exerçons:

- *la mobilité globale* des atteintes des articulations sur un rythme donné par le tambourin ou de la musique (tango, marche, charleston, etc);
- *la marche et l'équilibre* dans les différentes situations de la vie quotidienne: escaliers, pas de porte, seuil, demi-tour, parcours d'obstacles;
- *les transferts* en exerçant des changements quotidiens de position tels que s'asseoir et se lever d'un fauteuil, se tourner et se lever du lit, etc.;
- *la coordination* par des jeux de bâton ou de ballons à deux ou en groupe, des passes de football, la manipulation de balles de différentes grandeurs et poids;
- *la posture* en s'appliquant à maintenir une bonne position assise ou debout et en entraînant la ventilation;
- *la motricité fine* en entraînant des mouvements précis des doigts lors d'activités telles que boutonner un habit, lacer les chaussures, poser des pinces à linge sur un fil;
- *la respiration et la phonation* par du chant, des lectures à voix haute de pièces de théâtre, des discussions variées, des jeux de rôles, etc...;
- *la détente et la coordination* des muscles du visage par des mimiques.

En complément à ces séances hebdomadaires, nous distribuons des fiches décrivant certains exercices effectués afin qu'ils puissent être réalisés chaque jour à domicile. Des livres issus de l'industrie pharmaceutique et illustrant ces exercices sont également disponibles.

### L'ergothérapie associée

La vie de tous les jours est le lieu de multiples handicaps. L'ergothérapeute en fin de séance donne des

conseils pratiques, des informations sur les moyens auxiliaires en discutant et en montrant bon nombre de ceux-ci et en donnant des adresses où se les procurer. Des idées pour faciliter les transferts, habillage sont également débattues.

### La stimulation après les séances

Ces cours sont l'objet de déplacements, de contacts et de discussions pour chacun des malades. La parole est également donnée aux patients qui citent leurs propres expériences, jouent un rôle actif, donnent des suggestions pour l'association locale des parkinsoniens, la gymnastique quotidienne ainsi que des activités telles que le jardinage, la rédaction du journal quotidien, l'aménagement de leur propre appartement, etc. Les patients et leur famille se réunissent parfois après les séances pour des échanges ultérieurs.

### Evaluation des résultats

Un questionnaire détaillé a été donné à la fin de l'ensemble de ces séances à chacun des malades de façon purement anonyme et facultative. Tous les questionnaires sont revenus et ont été remplis avec une minutie exemplaire. A la question si les patients se réjouissaient de venir à ces séances, l'unanimité a répondu qu'il s'agissait d'un rendez-vous important, ludique et agréable dans leur semaine. Par ailleurs, les patients ont souligné que ces séances ont permis de faire connaissance, souvent pour la première fois, avec des personnes ayant les mêmes difficultés de santé à différents degrés. Ce contact est considéré à la fois stimulant d'un point de vue physique et enrichissant d'un point de vue intellectuel.

Les exercices en groupe ont été pratiquement appréciés étant donné l'émulation que les malades y trouvent, la réalisation individuelle d'exercices à domicile étant plus difficile à observer. Tous les exercices dynamiques avec des ballons, des bâtons et de la musique ont été appréciés à part les exercices au sol qui sont ressentis comme trop fatigants et parfois anxiogènes. Dans l'ensemble, l'évaluation a été extrêmement positive, non seulement en ce qui concerne les résultats physiques et psychiques de cette prise en charge, mais également envers les thérapeutes elles-mêmes et l'ensemble des participants. Certains d'entre eux ont souligné l'humour de leurs collègues, ont été ravis de pouvoir danser à nouveau ou réapprendre des exercices de phonation en déclamant des poèmes ou en montrant leur talent d'orateur ou de chanteur (traitement de la tachyphémie et de la dysarthrie du parkinsonien).

En conclusion: la physiothérapie en groupe permet une dynamique sans précédent, nettement supérieure à un traitement individuel dans la plupart des cas. Elle ne remplace évidemment pas la prise en charge de l'ankylose d'une articulation, s'applique mal à l'hydrothérapie ou à la prise en charge individuelle de certains cas graves très akinétiques, facilement fatigables ou très anxieux. Toutefois, la rencontre sociale, les exercices en équipes, cette émulation tant physique que psychique sont des plus valables et nous ne saurions que recommander ce type de groupes parkinsoniens dont le recrutement est beaucoup plus facile que ce l'on pourrait a priori penser et ce en particulier grâce aux associations contre la maladie de Parkinson.

### Références

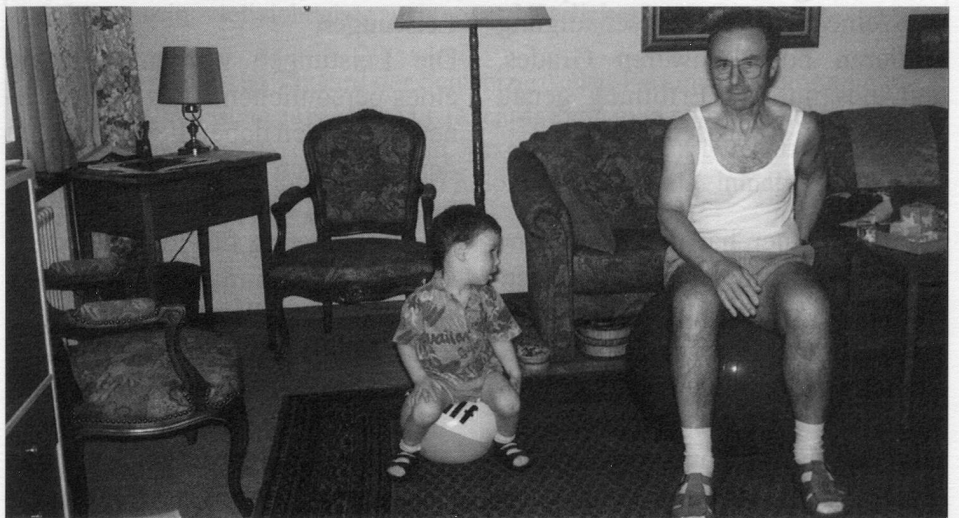
1. *Thérèse Favre, Mireille Martin*: Physiothérapie en groupe pour des patients parkinsoniens, travail de diplôme à l'ECVP, juin 90.
2. *Louise Gauthier, Sandra Dalziel, Serge Gauthier*: The Benefits of Group Occupational Therapy for patients with Parkinson's Disease. *The American Journal of Occupational Therapy*, June 1987, Volume 41, Number 6, 360365.
3. *K. Kerkour, S. Abbou, J.L. Meier*: Walkmann et Parkinson. *Reéducation* 1988, 376377.
4. *C.A. Dessibourg*: Maladie de Parkinson: tendances actuelles du traitement. *Cia-GM* 6-89, 537542.
5. *C.A. Dessibourg*: Compléments non médicamenteux dans la prise en charge de la maladie de Parkinson. *Geriatrics*, avril 1989, vol. 2, no 2, 14 - 16).
6. Programme de gymnastique pour Parkinsonien. Hoffmann-La Roche.
7. *B. Neundörfer, A. Kock*: Conseils pour la vie quotidienne du patient parkinsonien avec directives pour une gymnastique thérapeutique. Knoll SA.

8. *J.-P. Bleton, Ph. Stevenin*: Rééducation dans le traitement de la maladie de Parkinson. EMC, Paris, Kinésithérapie, 26451 A 10, 4-4-10.
9. *J. Péliissier*: Maladie de Parkinson et rééducation. Masson, Paris, 1990.
10. *J. Sigwald et coll.*: Technique d'estimation et de cotation des symptômes et signes extra-pyramidaux. L'évaluation clinique de la maladie de Parkinson. *Sem. Hôp. Paris*, 1973, 49, No 10, 693704.

### Adresses des auteurs:

1. Mireille Martin, physiothérapeute  
Service de Rhumatologie, Médecine physique et rééducation  
Hôpital Cantonal  
1700 Fribourg
2. Francine Stettler, ergothérapeute  
Service de Rhumatologie, Médecine physique et rééducation  
Hôpital Cantonal  
1700 Fribourg
3. Dr Claude-André Dessibourg  
Neurologue FMH  
Rue de Lausanne 78  
1700 Fribourg

### Unser Schmunzelbild



*Seit sechs Jahren leidet Herr G. an der Parkinson'schen Krankheit. Um beweglich zu bleiben, turnt er jeden Tag ein eigens für ihn zusammengestelltes Programm.*

*Als der 2 Jahre alte Tino bei den Grosseltern in den Ferien weilte, sah er ihn Übungen durchführen und erklärte: «Ich will dem Grossvati auch turnen helfen, er ist sicher froh, wenn er nicht alles allein turnen muss.»*