

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

**Herausgeber:** Parkinson Schweiz

**Band:** - (2002)

**Heft:** 66

  

**Artikel:** Incubo o avventura?

**Autor:** Geiser, Ruth

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-815532>

### **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:** 11.01.2026

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

# Incubo o avventura?

*Viaggiare istruisce, porta sollievo, stimola il pensare ed il sentire – e può essere anche uno stress, specialmente se si soffre di Parkinson. Tutto questo non deve però succedere. Con una buona pianificazione avete quasi raggiunto la destinazione. Buon viaggio!*

Di Ruth Geiser



Foto: SBB

«**C**ome paziente di Parkinson resto più volentieri a casa» dice Urs che soffre del morbo di Parkinson da 12 anni. Ha difficoltà a stare seduto a lungo, ed in letti estranei dorme ancora peggio. «Non ce la faccio semplicemente più a dominare tutti gli imprevisti.» Durante le sue ultime vacanze avrebbe dovuto cambiare dal suo aereo ad uno più piccolo a causa di problemi tecnici a serata inoltrata per il volo di rientro. «Tremavo in tutto il corpo per l'eccitazione, al check-in potevo reggermi in piedi a stento.» Per fortuna si è difeso ed ha informato l'impiegata sulla sua malattia e le ha spiegato che questo cambio di aereo era collegato con strapazzi estremi. «Lei ha capito e così ho potuto volare come previsto. Tuttavia non vorrei rivivere una seconda volta questa situazione.»

«**Le nostre ultime vacanze** sono state un incubo» confessa Beat, partner di una malata di Parkinson da lunghi anni. Avevano affittato un natante abitabile insieme ad un'altra coppia. Pensavano che fosse molto pratico. Rosmarie e Gertrude, le due mogli, sono ammalate di Parkinson da tanto tempo. Speravano che sul battello sarebbero state bene e che avrebbero risparmiato lunghe camminate. La realtà era diversa: c'era troppo poco spazio sulla barca, le due donne si sentivano prigioniere. Gli uomini erano semplicemente troppo indaffarati con il governo della barca, con la spesa quotidiana e con il cucinare. Nessuno ha potuto godere del viaggio.

Due esperienze di viaggio negative? Urs, che ha potuto opporsi al cambio aereo, racconta in realtà una storia di successo. Egli ha passato qualche momento difficile, durante i quali i suoi disturbi si sono manifestati visibilmente. Per un momento si è sentito alla mercé della situazione, dopo di che ha chiamato le cose per nome e si è imposto di sua propria forza per non subire delle condizioni inaccettabili. Peccato che non voglia più sperimentare questa strategia per nuovi viaggi.

**Il viaggio in barca** abitabile è stato pianificato in tutti i dettagli: non avrebbe dovuto andare male niente. Le malate sarebbero state sicure nella

barca mentre un paesaggio fluviale stupendo saebbe sfilato davanti a loro con tutta calma. Che alle due donne fossero negate tutte le possibilità di essere attive e che gli uomini avessero dovuto occuparsi di tutto si è potuto sapere solo dopo. Cosa si potrebbe imparare in generale da tutto questo? Fare vacanza significa anche godere della libertà. Un buon sito di vacanza

## Riflettere bene su quale tipo di ferie é il piú adatto

offre anche delle possibilità per attività di ogni genere e durata. I due partner dovrebbero avere anche l'opportunità di effettuare piccole escursioni indipendenti. Se viene esclusa ogni possibilità d'inghippo non può più succedere nulla di stimolante, di divertente o d'imprevisto.

**Il mio trauma aeroportuale** è cominciato con il controllo di sicurezza prima del cancello d'imbarco. Il mio aereo per Toronto sarebbe partito in un'ora. Avevo abbastanza tempo. Non avevo però calcolato la lunga coda d'attesa prima del controllo di sicurezza. Quando fu finalmente il mio turno, i miei muscoli erano completamente bloccati. Fare anche solo alcuni passi mi parve impossibile, già stare in piedi era troppo faticoso. Pregai l'assistente della sicurezza di procurarmi una sedia a rotelle. Mi rimproverò che questo non rientrava nei suoi compiti e che avrei dovuto ritornare allo sportello della mia compagnia aerea. Se non ero in grado di andare avanti, non lo ero nemmeno per tornare indietro tentai di dire scherzando. Quando la signora mi sgridò una seconda volta scoppiai in lacrime. Nessuno era in grado di aiutarmi poiché a nessun agente di sicurezza era permesso abbandonare il proprio posto di lavoro.

**Per finire pregai di** procurarmi una possibilità di sedermi e mi porsero uno sgabello dove per prima cosa mi sfogai piangendo. Attraverso il velo di lacrime scorsi un giovane che mi sorrideva. Ignorò le mie lacrime e cominciò a parlarmi con noncuranza. Volle sapere da dove venissi, se Montreal mi fosse piaciuta, se fossi stato in Canada per la prima volta. Questo in-

teressamento naturale mi fece bene. Mi ripresi immediatamente e potei andare al cancello d'imbarco, anche se strascicando.

**L'episodio mi rimane** impresso nella memoria perché era doloroso, ma anche grottesco e buffo. I nostri sistemi hanno difficoltà con persone che non sanno mai se sono in grado di camminare oppure no. Se qualcuno ha bisogno di una sedia a rotelle, bisogna pensarci per tempo. Se però una persona si accorge troppo tardi che non può camminare, deve andare a prendere la sua sedia a rotelle personalmente

oppure svenire, così si può chiamare l'ambulanza. Nessuno è competente per i «contrattempi». Il trauma ebbe ciononostante una felice conclusione perché qualcuno mi coinvolse in una conversazione e mi parlò come ad una persona normale in questa situazione difficile. Ero di nuovo una persona con esperienze delle quali egli si interessava. Mi aiutò con ciò a ritrovare il mio autocontrollo. Non sedevo più lì perché la mia motricità era in difficoltà, ma conversavo piacevolmente con un indigeno.

**Affinché possiamo** godere di un viaggio, dobbiamo prima pianificarlo (vedi riquadro). Per inconvenienti e tempi morti bisogna prevedere riserve di tempo sufficienti. Inceppature e contratiempi appartengono all'ordine delle cose e concorrono al fascino dell'avventura del viaggiare. ☺



Ruth Geiser, 45 anni, zurighese, da 18 anni vive con il Parkinson. Insegna inglese, e, di tanto in tanto, scrive per **Parkinson**. Ci ha mandato questo articolo con una settimana di ritardo – era partita per la Spagna.

## Buoni consigli per le vacanze

### In generale

Non dimenticare nulla – facile a dirsi. Allestire una lista di controllo per tempo e controllarla in tutta calma. Avete le vostre necessità individuali per molte situazioni, p. es. sandali per la doccia con la suola di gomma, bicchiere per le bibite oppure lenzuola di seta per girarsi meglio la notte. Non rinunciate al vostro comfort durante i viaggi. La cosa più importante: organizzate i vostri medicinali con circospezione!

### In automobile

- Pianificare e guidare con il buon senso.
- Evitare gli orari di punta, scegliere con precisione l'itinerario e le tappe prima del viaggio
- Preparare la carta. Fare delle pause.
- Scegliere dei vestiti comodi.
- Bere! Non partire immediatamente dopo aver mangiato
- Guidare riposati dopo le ore di sonno necessarie
- Assumere i medicinali puntualmente e prima del viaggio.

### In treno

- Riservare il posto
- Consegnare il bagaglio (il giorno prima del viaggio)
- Secondo l'handicap e la destinazione (auto postale): le FFS vi assistono!

### In aeroplano

- Se occorre, richiedere la carrozzella (prenotando il volo presso l'agenzia)
- Pasti: ordinare cibi vegetariani o poveri di albumine (non solo il giorno del volo)
- Scelta del posto a sedere: riservare certi posti secondo il tipo d'aereo
- Le cose più importanti nel bagaglio a mano: medicinali mai nella valigia!
- Per viaggi con diversi fusi orari: discutere l'assunzione di medicinali con il medico.