

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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2005)

Heft: 79: Schlafprobleme bei Parkinson = Troubles du sommeil et Parkinson = Il sonno : problemi con il Parkinson

Rubrik: Aktuell

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: 05.01.2026

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

Ein würdiges, schönes Fest

Zum 20-Jahr-Jubiläum lud Parkinson Schweiz zur Mitgliederversammlung und einer Schifffahrt nach Thun.

So viele waren es selten: Beinahe 300 Personen feierten Mitte Juni das 20-Jahr-Jubiläum von Parkinson Schweiz. Fast genau 20 Jahre nach der Gründungsversammlung in Bern lud die Vereinigung ihre Mitglieder und Gäste zur Mitgliederversammlung in den Thuner Schadausaal. Dort wurde am Vormittag die ordentliche Mitgliederversammlung 2005 abgehalten. Präsident Kurt Meier begrüßte zahlreiche Gäste, unter ihnen Thomas Zeltner, Direktor des Bundesamts für Gesundheit und François Huber, Sektionschef AHV im Bundesamt für Sozialversicherung (BSV). Namentlich begrüßte Meier die Ehrengäste Fiona Fröhlich, Graziella Maspero und Lorenz Schmidlin. Weitere Gäste: Kurt Addor, Bruno Laube, Gertrud Knöpfli, Sonja Strässle und Annemarie Weber.

Die 196 stimmberechtigten Mitglieder hiessen nicht nur den Jahresbericht und die Jahresrechnung 2004 sowie das Protokoll der letztjährigen Mitgliederversammlung gut, sie wählten auch den Vorstand und den Präsidenten in globo und einstimmig für weitere zwei Jahre. Für die scheidende Tessinerin Graziella Maspero wurde Osvaldo Casoni gewählt, der auch das Büro von Parkinson Svizzera im Ehrenamt führt. Gewählt sind auch die Revisoren Peter Wirth und Dieter Zogg sowie Ersatzrevisor Bruce Mathers. Gleichzeitig würdigte Kurt Meier die Arbeit des aus

statutarischen Gründen zurückgetretenen Revisors Martin Fricker.

In seiner Gastrede lobte der Direktor des Bundesamts für Gesundheit (BAG), Thomas Zeltner, die Arbeit von Parkinson Schweiz für das Gesundheitswesen. «Sie tun genau das, was wir empfehlen: Sie informieren und sensibilisieren über die parkinsonsche Krankheit, unterstützen die Forschung, bilden

Fachleute weiter und lobbyieren für die Interessen der Betroffenen», sagte Zeltner. Die Arbeit für die Selbsthilfe sei bei Parkinson Schweiz vorbildlich. All dies entspräche der Förderung der Gesundheitskompetenzen, einem Anliegen des BAG: Die parkinsonsche Krankheit führe in der Schweiz kein Schattendasein. «Dies ist vor allem ihrer Vereinigung zu verdanken», so Zeltner. «Führen Sie bitte Ihre Arbeit so energisch weiter wie bisher.»

Parkinson ist auch in der Politik ein Thema, wie François Huber vom BSV dem Publikum mitteilte: Er konnte Gesundheitsminister Pascal Couchepin für das Patronatskomitee von Parkinson Schweiz gewinnen.

Einen besonderen Teil der Versammlung nahm die Ehrung und Verabschiedung von Ehrenmitglied Graziella Maspero ein. Kurt Meier würdigte ihre langjährige Tätigkeit mit den Worten: «Ein Leben für Parkinson Schweiz!» Als Gründungsmitglied hatte sie die Vereinigung und ihr Beziehungsnetz im Tessin aufgebaut, für das Thema Parkinson geworden und Parkinson Schweiz 20 Jahre die Treue gehalten. «Sie waren die Tessiner Seele von Parkinson



Zahlreiche Gäste unterzeichneten während der Spazierfahrt auf der «Berner Oberland» die «Global Declaration on Parkinson's Disease».

Schweiz», sagte Meier. «Wir werden Sie und Ihre Arbeit sehr vermissen.» Mit Blumen, Geschenken und einem Lied des «Corale Ticinese» dankte die Vereinigung Graziella Maspero. «Ich bin überwältigt, das ist ein grosser Tag für mich», sagte die Tessinerin.

Alle Mitglieder und Gäste waren nach dem geschäftlichen Teil der Jubiläumsversammlung zu Mittagessen und Ausflugsfahrt auf dem MS «Berner Oberland» eingeladen. Bei Traumwetter, feinem Essen und zur Musik der «Appenzeller Frauenstreichmusik» genossen die Gäste die Rundfahrt auf dem Thunersee. Unterwegs ehrte Präsident Kurt Meier zwei verdiente Gründungsmitglieder und Selbsthilfegruppenleiter, Rösli Bleiker und Roland Markoff. Auch Fiona Fröhlich als Aufbaumitglied der ersten Stunde wurde geehrt. Zuletzt standen die Gewinner des Kurzgeschichten-Wettbewerbs im Mittelpunkt. Antoinette Casoni und Angelo Fenazzi nahmen persönlich ihren Preis und die Anerkennung entgegen. Die dritte Gewinnerin, Marianne Stocker, konnte aus gesundheitlichen Gründen nicht an der Ehrung teilnehmen (siehe auch Beitrag auf Seite 5).

In gelöster Stimmung traten die Festgäste den Heimweg an. Viele von ihnen waren von weither gekommen, aus dem Tessin, der Romandie und der Ostschweiz. Das Echo auf das Jubiläumsfest war beeindruckend. Viele Teilnehmenden bedankten sich in der Geschäftsstelle. Ein langjähriges Mitglied schrieb: «Das war ein würdiges und grosses Fest. Danke!» jok



«Wir werden Sie und Ihre Arbeit sehr vermissen!» Kurt Meier ehrt Graziella Maspero mit herzlichen Worten, Geschenken und einem Blumenbukett.

Parkinson Schweiz – Agenda 2005, viertes Quartal

Parkinson-Informationstagungen 2005

für Betroffene (Phase-2-Patienten und deren Angehörige)

- | | |
|---------------|--|
| 27. September | Humaine Klinik Zihlschlacht, Parkinson-zentrum, Zihlschlacht |
| 4. Oktober | Clinique La Lignière, Gland |
| 7. Oktober | Universitätsspital Zürich |
| 8. Oktober | Clinica Hildebrand, Brissago |
| 19. Oktober | Kantonsspital Luzern |
| 28. Oktober | SUVA-Care, Sion |
| 19. November | Rehaklinik Rheinfelden |

6. Parkinson-Informationstagung in der Humaine Klinik Zihlschlacht, Dienstag, 27. September 2005

Motto: Lebensqualität trotz Parkinson

- 13.30 Begrüssung durch Dr. med. Clemens Gutknecht, Chefarzt Humaine Klinik Zihlschlacht
- 13.35 **20 Jahre Parkinson Schweiz: Rückblick und Ausblick**
Kurt Meier, Präsident
- 13.45 **Was gibt es Neues in der Parkinsontherapie?**
Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin
- 14.15 **Humor als Schwimmring auf dem Strom des Alltags**
Pello, Clown, Mime, Maskenkünstler, «Humorberater»
- 14.30 Aus dem Alltag einer Angehörigen
- 14.45 Bewegungsübungen mit dem Therapeutenteam, Parkinsonteam Zihlschlacht
- 15.30 **Was uns glücklich macht...**
Prof. Dr. phil. Thomas Merz-Abt, Medienwissenschaftler, Theologe, Pädagogische Hochschule, Zürich
- 16.00 Pello
- 16.15 Fragerunde/Podiumsdiskussion, Prof. Dr. med. Hans-Peter Ludin und Parkinsonteam Zihlschlacht
- 17.00 Ende der Tagung

■ Karin Zoller, Tel. 071 424 30 21, karin.zoller@humaine.ch

4. Parkinson-Informationstagung im Akutspitalzentrum des Kantonsspitals Luzern, Mittwoch, 19. Oktober 2005

- 14.00 **Begrüssung** Dr. med. Hans Peter Rentsch, Chefarzt für Rehabilitation, Kantonsspital Luzern
Kurt Meier, Präsident Parkinson Schweiz
- 14.05 **Rund um das Essen und die Kommunikation**
Schluck- und Stimmstörung: Dr. med. Peter Oppermann, Leitender Arzt für Phoniatrie, Nicole Ritler, Logopädin, Ida Dommen, Instruktion Physiotherapie, Rehabilitation, Claudia Gabriel, Instruktion Pflegedienst
Ernährung und Morbus Parkinson:
Dr. med. Hans Peter Rentsch
Simone Becker, Ernährungsberaterin

■ Susanna Krummenacher, Tel. 041 205 54 34

1. Parkinson-Informationstagung im Universitätsspital Zürich Freitag, 7. Oktober 2005

- 13.30 **Begrüssung** Prof. Dr. med. Klaus Hess, Klinikdirektor, Neurologische Klinik, USZ
Kurt Meier, Präsident Parkinson Schweiz
Moderation: Prof. Klaus Hess
- 13.45 «Wie kann die **Medizin die Lebensqualität** der Parkinsonpatienten verbessern?»
Referat und Beantwortung von Fragen:
Dr. med. Daniel Waldvogel, Neurologe, Luzern und USZ
- 14.30 **«Psychologische Aspekte** des Morbus Parkinson – Bedeutung für Patienten und Angehörige, Möglichkeiten psychologischer Interventionen», Referat und Beantwortung von Fragen: Prof. Heiner Ellgring, Institut für Psychologie, Universität Würzburg
- 15.30 **«Lebensqualität:** Gesund bleibt nur, wer auch krank sein kann», besinnliche Gedanken mit Pater Dr. Albert Ziegler, Zürich
- 16.00 Schluss der Tagung, Apéro

■ Parkinson Schweiz, 8132 Egg, Tel. 043 277 20 77

5. Parkinson-Informationstagung in der Reha Rheinfelden, Samstag, 19. November 2005

- 14.00 **Begrüssung** Dr. med. Heiner Brunnschweiler, Leitender Arzt, Reha Rheinfelden
20 Jahre Parkinson Schweiz: Lydia Schiratzki, Geschäftsführerin Parkinson Schweiz
- 14.30 **Workshops:** Tanztherapie: Wohlbefinden im Körper, Brigitte Züger, Tanztherapeutin; Musiktherapie: Entspannung, Clemens Kluge, Musiktherapeut; **Musiktherapie:** Ressourcen in der Musik, Beate Roelcke, Musiktherapeutin; Neurologische Musiktherapie: Gangtraining, Simone Maier-Hanemann, Musiktherapeutin
- 16.15 Workshops: Sie haben die Möglichkeit einen zweiten Workshop zu besuchen.
- 17.00 **Plenum** mit Dr. med. Heiner Brunnschweiler und den Musik- und Tanztherapeuten

■ Christa Bertin, Reha Rheinfelden, 4310 Rheinfelden
Tel. 061 836 52 30, Fax 061 836 53 53, ch.bertin@rkr.ch

Benefizkonzert zugunsten von Parkinson Schweiz

29. September 2005, Stadttheater, Olten
Benefizkonzert Symphonisches Blasorchester des Schweizer Armeespiels

Verleihung des Forschungspreises der A.-Opprecht-Stiftung

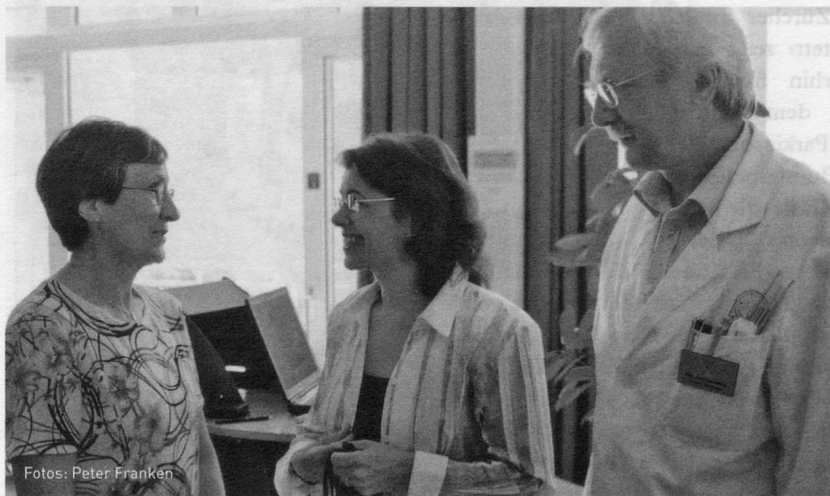
28. Oktober 2005, St. Gallen

Diagnose verlangt neuen Lebensentwurf

Bewegungstraining und eine bewusste Bewältigungsstrategie helfen, das Leben mit Parkinson positiv zu gestalten.

Am 30. Juni 2005 besuchten über 80 Betroffene die jährliche Parkinson-Informationstagung in der Klinik Valens. Zunächst ging es um die Frage, wie normale Bewegung organisiert und wie sie bei Morbus Parkinson gestört ist. Bewegungsstörungen können wirksam behandelt werden und Physiotherapie beeinflusst den Verlauf von Parkinson bis ins fortgeschrittene Krankheitsstadium positiv. Das – auch statistisch belegte – Fazit der Referate war: Bewegung hilft bei Parkinson!

Nachmittags wurde neben anderem ein Thema behandelt, das leider oft zu kurz kommt: die psychosomatischen Aspekte im Leben mit Parkinson. Die Ärztin Verena Kesselring beschrieb die enorme emotionelle Belastung durch die Diagnose Parkinson und wie sie sich in Angst, Scham oder Wut manifestiert. Zur Bewältigung der Diagnose wählen die Be-



Gespräche am Rande der Valenser Informationstagung: Die Ärztin Verena und Jürg Kesselring mit einer Betroffenen (links).

troffenen vielfach ungünstige Strategien, indem sie die Krankheit verleugnen, ihr Schicksal beklagen oder sich sozial zurückziehen. Es gilt, in dieser Situation seine Bewältigungsstrategien positiv zu verändern und sich klare Ziele zu setzen: zum Beispiel das Erhalten der Selbständigkeit,

die Verbesserung der Motorik oder die Neudefinition des persönlichen Lebensentwurfs. Haben sich die Betroffenen erst einmal ihre Krankheit eingestanden, ist der erste Schritt in ein aktives Leben getan, wenn auch in einem von den Umständen vorgegebenen Rahmen. pf

Wie man der Angst wirksam begegnet

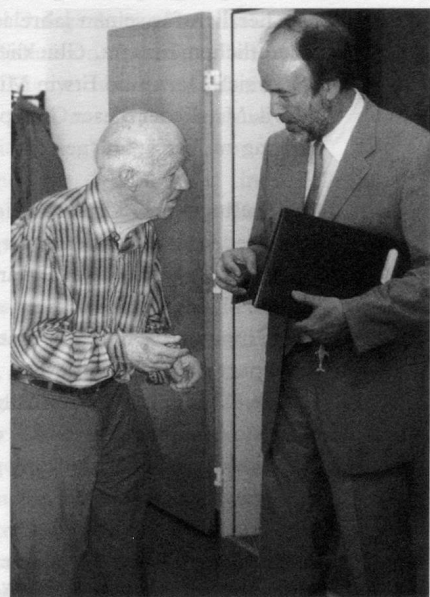
Praktische, Alltagsfragen beantwortete die Tschugger Tagung mit Experten aus Neurologie, Psychologie und Therapie.

Über 200 Personen kamen Anfang Juni zur Informationstagung in der Klinik Bethesda in Tschugg. Zum 20-Jahr-Jubiläum von Parkinson Schweiz begrüsst Chefarzt Fabio Baronti am mit Tulpen geschmückten Rednerpult die Gäste. Lydia Schiratzki stellte die Jubiläumsaktionen vor und lud das Publikum ein, rege daran teilzunehmen.

Nach der Überraschungsshow mit Peach Weber diskutierten die Teilnehmenden aufmerksam mit einem grossen Expertenteam unter der Leitung des Arztes Daniel Borer die zahlreichen Fragen des Publikums. Viele Fragen betrafen wie meist die medikamentöse und die operative Behandlung. Dazu standen mit den Neurologen Fabio Baronti, Alain Kaelin und Stephan Bohlhalter kompetente Fachleute zur Verfügung. Sie gaben auch interessante und praktische Tipps.

Der deutsche Neuropsychologe Heiner Ellgring, die Pflegefachleute aus dem Parkinsonteam und die Parkinsonbetroffene Doris Wieland behandelten Alltagsfragen wie «Kann ich abends noch ausgehen? Was kehre ich vor? Welche Strategien wende ich an?».

Viele Fragen kamen auch zum Thema Angst vor dem Fortschreiten der Krankheit und vor sozialen Problemen. Da rät Professor Ellgring auszuprobieren, ob die ängstlichen Vorstellungen sich in der Realität wirklich bewahrheiten: Reagieren die Leute wirklich so wie ich befürchte? Kann ich diese oder jene Aktivität nicht doch noch unternehmen, indem ich mich gedanklich auf diese Situation vorbereite? Wichtig ist es auch, Strategien zu trainieren, z.B. in der Physiotherapie bei Blockaden. Auch soll man sich nicht scheuen, Hilfe in Anspruch zu nehmen, etwa beim Überqueren der Strasse. In der Regel helfen die Leute gerne. Aus Zeitgründen kamen leider die beiden Allgemeinärzte Daniel Borer und Toni Schmid mit Erklärungen zu Zusatztherapien wie Phyto-



Zuhören: Der Tschugger Chefarzt Fabio Baronti im Dialog mit einem Betroffenen.

therapie und Akupunktur nicht mehr wie gewünscht zum Zug. Dennoch war die Tagung für die Betroffenen hilfreich und wertvoll. ls

Bekanntes Klassikensembel

**Amar Quartett
hilft Parkinson Schweiz**

Das Zürcher Streicherensemble «Amar Quartett» zeigt sich Parkinson Schweiz weiterhin freundschaftlich verbunden. Nach dem Auftritt zum Festakt am Welt-Parkinsonstag am 11. April in Bern, als Bundespräsident Samuel Schmid und Gäste die «Global Declaration on Parkinson's Disease» unterzeichneten, spendeten die Künstler der Vereinigung nun 5000 Franken als Verkaufserlös von CDs. 2002 hatte das Amar Quartett die Aufnahmen eines Benefizkonzerts in Lugano Parkinson Schweiz zur Verfügung gestellt. Das Quartett tritt im Herbst 2005 an folgenden Orten der Schweiz auf: 27. September Zürich, 15. Oktober Chateau-d'Oex, 23. Oktober Zürich, 28. Oktober Riehen, 21. November Zürich und 4. Dezember Andelfingen. Das Konzertjahr 2006 widmen die vier Streicher als Ge-



denkjahr drei grossen Komponisten: Mozart (250. Geburtstag), Schostakowitsch (100. Geburtstag) und Schumann (150. Todestag). Info: Tel. 044 260 30 10 oder www.amarquartett.ch

St. Galler Seminar für Angehörige

Und wer fragt wies mir geht?

Das Seminar begann mit einer informativen Einführung über die Phasen der Parkinsonkrankheit durch Prof. Hans-Peter Ludin. Mit viel Interesse folgten ihm die Seminarteilnehmenden und stellten wichtige Fragen zur Symptomatik und deren Entwicklung, aber auch zu all den Begleitsymptomen rund um die parkinsonsche Erkrankung, die gerade im Alltag oft sehr behindernd sein können. Vor der Mittagspause setzten sich die Teilnehmenden in Kleingruppen mit der Frage auseinander: «Was beschäftigt mich am meisten und was macht mir sogar Angst?» Die gesammelten Themen aus den Gruppen bestimmten den Inhalt des Nachmittagsprogramms.

Rosemarie Wipf gestaltete den Nachmittag ganz im Sinne der Angehörigen und trat mit Einfühlungsvermögen und auf professionelle Art auf deren Gefühle, Sor-

Neues aus den Selbsthilfegruppen

JUPP Basel: Mike Lumsden, der zusammen mit Werner Meier die Gruppe 1997 ins Leben gerufen hat, hat im Frühsommer die Leitung JUPP Basel abgegeben. Er ist mit seiner Partnerin nach Deutschland ausgewandert. Wir danken Mike sehr herzlich für seinen jahrelangen ehrenamtlichen Einsatz. Glücklicherweise haben sich Doris und Erwin Müller, Allschwil, Mitglieder dieser Gruppe, für die Leitung zur Verfügung gestellt.

Regionaltagung in Luzern: Dieses Jahr fand wieder eine spannende Regionaltagung statt. Von den 11 SHG waren 9 vertreten. Themen waren unter anderem: Gestaltung der SHG-Zusammenkünfte, Transport für Gehbehinderte, geeignete Lokale, Werbung, Auskunft über Medikamente innerhalb der SHG, mehr Lebensqualität trotz Parkinson, genereller Erfahrungsaustausch.

Schaffhausen: Wie jedes Jahr verbrachten wir auf einer Anhöhe oberhalb Wilchingen unseren «Bröötlinachmittag». Man sieht von dort weit über den Klettgau, der Ausblick ist einmalig. Auch unser Gast, Kurt Meier, Präsident von Parkinson Schweiz, war total fasziniert von dieser Landschaft. Selbstgepflückte Wiesenblumen schmückten die Tische, liebevoll gestaltet von den



Hoch über dem Klettgau: Ausflug der Gruppe Schaffhausen zum Grillfest.

Da Pras. Grillchef Ernst Külling legte die Würste auf, dazu gab es frischen Salat und wohlgeschmeckendes Brot. Kurt Meier sprach über die Parkinsonkrankheit und betonte die Notwendigkeit der Selbsthilfegruppen. «Die Kranken erleben, dass sie nicht alleine gelassen werden», sagte er. Es gebe trotz allem eine Lebensqualität, es braucht aber dazu Mut, Organisation und Hilfe. «Wir lassen jeden sofort fühlen, dass wir ihn mögen.» Dieser Satz ist so etwas wie das Motto unserer Selbsthilfegruppe.

Leni Kessler

Solothurn: Wieder auf Reisen. Am 13. Juni starteten wir in Derendingen zu unserem

Jahresausflug. Wie jedes zweite Jahr mit «Viktors Karrosette von Lyssach», einem überall bestaunten 1938er-Saurer-Nostalgiebus, vom Besitzer selber gesteuert. Chauffeur und Fahrt gratis, eine sehr noble Geste! Zur 25-köpfigen Reisegesellschaft gesellte sich als gern gesehener Gast Ruth Dignös von Parkinson Schweiz. Erstes Ziel war das stattliche Ankerdorf Ins zum Mittagessen. Nachher kurze Fahrt nach Kerzers ins rollstuhlgängige Papiorama «Swiss Tropical Gardens». Welch eine Wunderwelt! Hunderte tropische Schmetterlinge bewegten sich frei um uns herum in einem wunderschönen Garten. Dann das Nocturama, die faszinierende Welt der nachtaktiven Fauna der Tropenwälder. Ein ausgefüllter Tag, der alle Erwartungen erfüllte. Heinz Schläfli

gen und Ängste ein. In Gruppenaufgaben oder im Plenum und mit Übungen wurden Lebenssituationen und Erschwernisse im Alltag eines Angehörigen behandelt. Frau Wipf führte die Teilnehmenden immer wieder ans Thema der eigenen Befindlichkeit, des Sich-ernst-nehmen und dem Finden möglicher Formen von Psychohygiene heran. Beratend begleitete sie die Angehörigen und verdeutlichte immer wieder, dass dieser Seminartag ausschliesslich Platz für eigene Anliegen haben soll, und einmal nicht für die Bedürfnisse des kranken Partners. Das Seminar gab Denkanstösse und Ideen, vielleicht auch einen anderen Zugang zur Rolle als Angehöriger. Zwei zentrale Fragen lauten: Wie kann man sich bewusst Inseln zur eigenen Erholung schaffen? Und: Was bedeutet es eigentlich, sich ernst zu nehmen? Es bedeutet, seine eigenen Grenzen wahrzunehmen und anzuerkennen.

Ruth Dignös



Benefizkonzert

Veranstalter: **Parkinson**
SCHWEIZ SÜDSO ANGERTE

Symphonisches Blasorchester Schweizer Armeespiel

Leitung: Major Philipp Wagner
Gastdirigent: David Philip Hefti, Solist: Valentin Wandeler
Patronat: Bundespräsident Samuel Schmid

Donnerstag, 29. September, 20 Uhr
Stadtheater, Olten

Vorverkauf: Buchhandlung Schreiber, Kirchgasse 7, 4600 Olten, Tel. 062 205 00 00
Eintrittspreise: Kategorie A CHF 45.- / Kategorie B CHF 35.-

St. Gallen: «So entsteht eine Tageszeitung», eine Betriebsbesichtigung des St. Galler Tagblattes mit 17 Gruppenmitgliedern. Wir sind uns in der Teamleitung bewusst, dass ein Teil unserer Gruppe an solchen Anlässen nicht mehr teilnehmen kann. Dem muss im Jahresprogramm Rechnung getragen werden. Das richtige Mass zu finden, ist wichtig.

Unterrheintal/Rorschach: Nach sechs Jahren engagierter Leitung trat Xaver Popp als Leiter zurück. Parkinson Schweiz dankt ihm herzlich für seine ehrenamtliche Tätigkeit. Rita Senn aus Herisau hat seine Nachfolge angetreten. Herzlich willkommen und einen guten Start!

Rechtes Zürichseeufer: Beim letzten Leiterinnenwechsel hat Anna Eijsten zugesagt, «vorübergehend» die Leitung der Gruppe Rechtes Zürichseeufer zu übernehmen. Daraus sind nun zwölf Jahre engagierten Einsatzes für die Patienten und Angehörigen geworden. Aus familiären Gründen sah sich Frau Eijsten jetzt gezwungen, dieses Amt abzugeben. Am 25. Mai wurde sie mit dichterischen Grüßen und einer sinnlich präsentierten Geschenkübergabe verabschiedet. Lydia Schiratzki überbrachte Dank und Wertschätzung von Parkinson Schweiz. Zum Glück haben sich aus der Gruppe drei Damen bereit erklärt, die Verantwortung zu übernehmen: Susi Stoll, Ruth Bonalumi und Heidi Burger.

Wil: Im April feierte die Gruppe Wil und Umgebung das 10-Jahr-Jubiläum. Sonja Strässle begrüßte 28 Mitglieder und den Präsidenten Kurt Meier. Mit einem Streifzug durch zehn Jahre Geschichte der SHG Wil und Umgebung wurde manch Interessantes und Lustiges in Erinnerung gerufen! Kurt Meier informierte über die Aktivitäten im Jubiläumsjahr und dankte Sonja Strässle für ihre Leitertätigkeit und überreichte ihr, unter grossem Applaus, einen wunderschönen Blumenstrauss. Auch Bruno Richli dankte ihr für die

hervorragende Arbeit und übergab ihr Frühlingsblumen mit einem zusätzlichen Geschenk.

Regionaltagung in Wil: In Wil fand die bereits zehnte Regionaltagung statt. Sie bot wieder viel Gelegenheit zum Austauschen und zur Diskussion. So sorgten beispielsweise die Themen wie Bekanntheitsgrad der SHG nach aussen, Gewinnung von Neumitgliedern, Verteilung von Aufgaben innerhalb der Gruppe, sinnvolle Gruppengrösse und finanzielle Aspekte von SHG für angeregte Diskussionen.

Regionaltagung Zürich/Schaffhausen: Anfang Juli trafen sich 14 Leiterpersonen von neun Selbsthilfegruppen zu einem Erfahrungsaustausch und «Infomart» in der Egger Geschäftsstelle von Parkinson Schweiz. Ziel der Zusammenkunft war, Ideen zur Programmgestaltung von Gruppentreffen auszutauschen und Anregungen mitzunehmen. Es wurde eine seitenlange Liste mit Vorschlägen zusammengetragen. Zudem konnten sich die Anwesenden mit zahlreichem Informationsmaterial eindecken. Eine Dame, welche die Leitungsfunktion neu übernommen hat, bedankte sich herzlich. «Heute habe ich viele Ideen und Mut für meine Aufgabe erhalten», sagte sie.



Die Solothurner wurden mit einem 1938er-Saurer-Bus durchs Seeland chauffiert.

Freundschaften stärken die Gesundheit

Geselligkeit und die gegenseitige Unterstützung unter Freunden fördern die körperliche und seelische Gesundheit.

Gute Freunde zu haben ist vor allem im hohen Alter von grosser Bedeutung. Durch ihre Unterstützung kann die Lebenserwartung um bis zu 22 Prozent gesteigert werden. Zu diesem Ergebnis kommt eine australische Studie, die im *Journal of Epidemiology and Community Health* <http://jech.bmjournals.com/> veröffentlicht wurde. «Mehr noch als die Familie sind die Freunde ein wichtiger Faktor für die emotionale und psychische Gesundheit. Die Gespräche und die fortwährende Interaktion mit Personen, denen man am Herzen liegt, wirkt sich auch auf die Gesundheit positiv aus», erklärte Studienleiterin Lynne Giles.

Die Forscher untersuchten vor allem das soziale Umfeld, die gesundheitliche Verfassung, den Lebensstil und die Überlebensraten von mehr als 1500 Personen

über 70 Jahren. Gefragt wurde auch nach persönlichem oder telefonischem Kontakt im sozialen Netzwerk mit Freunden, Kindern, Verwandten oder Bekannten.

Dabei stellte man fest, dass ein starkes Freundschaftsnetz während der zehn Untersuchungsjahre die Sterblichkeit der Teilnehmer um knapp ein Viertel verringerte. «Die willkürlichen Beziehungen mit Freunden und Vertrauten haben verglichen mit den eher obligatorischen Beziehungen zu Kindern und Verwandten eine deutlich positivere Wirkung auf die Lebensdauer», so Lynne Giles.

Die positiven Effekte einer Freundschaft



Ein gut gepflegtes Freundschaftsnetz erhöht die Lebensqualität und kann sogar das Leben verlängern.

basieren vor allem auf der freiwilligen, gegenseitigen Unterstützung. Die gegenseitige Motivation und das Achten auf den eigenen Gesundheitszustand reduziert zudem aufkommende Gefühle von Depression oder Angst, glauben die australischen Experten.

Quelle: pte-online

Italienische Studie

Sprachstörungen vor allem in der Muttersprache

Sprachstörungen bei Morbus Parkinson scheinen in der jeweiligen Muttersprache stärker ausgeprägt zu sein, als bei später erlernten Fremdsprachen. Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie der Universität Triest, Italien. Für die Studie untersuchten Forscher zwölf Parkinsonpatienten und zwölf vergleichbare gesunde Kontrollpersonen, die zwei Sprachen fließend sprechen konnten. Die Muttersprache der Studienteilnehmer war Friaulisch, eine rätoromanische Sprache, die in Norditalien in der Region um Triest gesprochen wird. Die zweite Sprache der Probanden war Italienisch. Untersuchungen der Sprachfähigkeiten ergaben signifikant grössere Einschränkungen bei der Muttersprache im Vergleich zur später erlernten zweiten Sprache. Diese Studienergebnisse weisen darauf hin, dass bei der Verarbeitung der Muttersprache im Gegensatz zu später erlernten Sprachen die Basalganglien vermutlich stärker beansprucht werden, so die Autoren.

Quelle: *Journal of Neurology Neurosurgery and Psychiatry* 2004;75:1678-1681

Einfluss ins Dopaminsystem

Pigment wirkt bei Parkinson

Forscher der Ruhr-Universität Bochum RUB www.rub.de haben wesentliche Mechanismen bei der Entstehung der parkinsonschen Krankheit entschlüsselt. Demnach beeinflusst das Pigment Neuromelanin die Steuerung des bei Parkinson gestörten Dopaminsystems. Erstmals konnte man Neuromelanin-Granula aus menschlicher Hirnmasse isolieren und ihre Proteine analysieren. Das Pigment Melanin, das beim Menschen im Haar, der Haut, dem Innenohr und der Iris vorkommt, findet man als Neuromelanin auch im Gehirn, unter anderem in der schwarz pigmentierten Region des Mittelhirns, der so genannten Substantia nigra. Bei Parkinson sterben dort die Dopaminneuronen allmählich ab. Bis heute sind die zellulären und molekularen Mechanismen noch nicht vollständig bekannt. «Die systematische Identifizierung und Charakterisierung von Proteinen im Nervensystem bieten einen vielversprechenden Ansatzpunkt für das Verständnis der Krankheit», so die leitende Forscherin.

Quelle: pte-online

Projizierte Bilder gegen «Einfrieren»

Spezialbrillen für Parkinsonpatienten

Britische Forscher bereiten derzeit klinische Studien mit Brillen vor, die ausgewählten Parkinsonpatienten bei Gehschwierigkeiten unterstützen sollen. Die Brille funktioniert auf visuellen Hilfestellungen, Projektionen, die dem Betroffenen helfen, sich zu konzentrieren und Bewegungen besser zu kontrollieren. Diese Technik wird gegen das «Einfrieren» bereits erfolgreich eingesetzt. Stürze sind häufige Todesursache bei Parkinson.

Zürich: Neue Informationstagung

mit Parkinsonspezialisten aus der Schweiz und Deutschland.

Lebensqualität und Bewältigungsstrategien im Leben mit Parkinson

Freitag, 7. Oktober 2005
13.30 Uhr
Universitätsspital Zürich

Diskussion um Stammzellen

Adulte Stammzellen doch geeignet?

Sind adulte Stammzellen ebenso multiplikationsfähig wie embryonale Stammzellen? Forscher des Children's Hospital Pittsburgh www.chp.edu wollen entdeckt haben, dass adulte Stammzellen dieselbe Fähigkeit zur Multiplikation wie embryonale Stammzellen haben. Träfe diese Entdeckung zu, könnte die ethische Diskussion um die Verwendung embryonaler Stammzellen zum Verstummen kommen. Im Gegensatz zu embryonalen Stammzellen wurden adulte Stammzellen in der Debatte um den therapeutischen Einsatz von Stammzellen bislang als minderwertig bezeichnet. «In der Forschung ging man bislang davon aus, dass adulte Stammzellen schneller altern und viel früher sterben als embryonale Stammzellen. Wir beweisen, dass dies nicht der Fall ist», erklärte Studienleiter Johnny Huard. Derweil wird die Forschung mit embryonalen Stammzellen weiter getrieben. Wie die Deutschlandausgabe von National Geographic im Juli berichtet, wollen Forscher in Singapur in zwei Jahren erste klinische Tests mit embryonalen Stammzellen am Menschen durchführen. Sie planen, aus den embryonalen Stammzel-

len Zellen der Bauchspeicheldrüse sowie Herzmuskelzellen wachsen zu lassen. Dazu wollen sie auch Nervenzellen aus Stammzellen züchten, die eines Tages Parkinson heilen könnten. Im Tierversuch ist es bereits gelungen, dass gelähmte Ratten wieder gehen können. Bislang kommen in der Medizin nur die adulten Stammzellen aus Knochenmark oder Nabelschnurblut zum Einsatz.

Quelle: *pte-online, National Geographic*

Trugbilder durch Nervenbotenstoff

Kein Zeichen für Verrücktheit

Dopamin, der bei der parkinsonschen Krankheit fehlende Botenstoff im Zwischenhirn, kann bei Überproduktion das Auftreten von Trugwahrnehmungen wie Halluzinationen begünstigen. Bei Parkinsonpatienten können solche Phänomene auftreten, wenn die Medikamente den Dopaminspiegel steigern. Aus Angst, vielleicht für «verrückt» gehalten zu werden, traut sich mancher Patient nicht, seinem Arzt davon zu berichten. Dabei weiss der sehr genau über diese Zusammenhänge Bescheid und kann helfen, solche Störungen zu beheben. Der Arzt wird die

Dosis der Anti-Parkinsonmedikamente überprüfen, um eine Überdosierung auszuschliessen. Voraussetzung ist allerdings, dass der Arzt von der Störung weiss. Daher sollten ihm Halluzinationen oder andere Auffälligkeiten sofort gemeldet werden.

Quelle: www.parkinson-web.de

Opprecht-Stiftung verleiht Forschungspreis

Die schweizerische Annemarie-Opprecht-Stiftung verleiht am 28. Oktober in St. Gallen zum dritten Mal nach 1999 und 2002 wieder ihren mit 100'000 Franken dotierten Parkinson-Forschungspreis. Der Preis zeichnet herausragende Forschungsprojekte auf dem Gebiet der parkinsonschen Krankheit aus. Preisträger sind die Amerikaner Stanley Fahn von der New Yorker Columbia University und Zbigniew K. Wszolek von der Mayo Clinic in Jacksonville, Florida.

Information:
www.opprecht-foundation.com

Chronologie eines Todes

Wie starb Papst Johannes Paul II?

Der wahrscheinlich bekannteste Parkinsonpatient, der frühere Papst Johannes Paul II, starb nicht an Parkinson. Er starb an den Komplikationen, die die Krankheit in weit fortgeschrittenem Stadium auslösen kann.

Johannes Paul musste im Februar 2005 wegen einer Grippeattacke zweimal ins Spital, wo man ihm mit einem Luftröhrenschnitt die Atemwege öffnete. Im äussersten Stadium von Morbus Parkinson verstärken alle Anzeichen von Stress die Parkinsonsymptome, auch kleinere Operationen oder eine Erkältung. Infektionen der oberen Atemwege, typisch bei Erkältung oder Grippe, verschlimmern oft Schluckprobleme und die Verschleimung der Luftwege. Sehr wahrscheinlich erlitt der Papst eine Lungenentzündung, nachdem er Speise- oder Flüssigkeitsreste eingeatmet hatte. Damit wird die Fähigkeit der Lungen geschwächt, das Blut mit Sauerstoff anzureichern. Lungenentzündungen bei sehr spätem Mor-

bus Parkinson und alten Menschen sind häufig, weil die Unterfunktion der Schluckmuskulatur die Luftwege nicht mehr genügend schützen kann und der Patient zu ersticken droht.

Beim alten Papst kam noch eine Blasenentzündung dazu. Urologische Probleme sind typisch, wenn das autonome Nervensystem von der Krankheit gestört wird. Dann stimmt der Rhythmus von Füllen und Entleeren der Blase nicht mehr und Bakterien können leicht ins gefährdete System gelangen. Dem Papst war bereits eine Ernährungs-sonde gelegt worden. Sie führt über die Nase in den Magen und soll den Körper mit ausreichenden Wirkstoffen gegen die Infektion versorgen. Kaum bedrängt von immer weniger wirksamen Antibiotika, verlagerte sich die lokale Infektion jedoch in den Blutkreislauf und führte zu einem



Foto: pd

«septischen Schock», einer Blutvergiftung, die den Blutdruck des Papstes rapide sinken liess. Das Herz musste schneller pumpen, um den trägen Blutfluss zu kompensieren, hielt das aber nicht lange durch. Andere Organe begannen zu versagen, die Atmung verflachte zunehmend, bis das geschädigte Blut das Gehirn erreichte und der Patient das Bewusstsein verlor.

Übersetzung: jok, Quelle: Update, Medical Publishing Company, USA

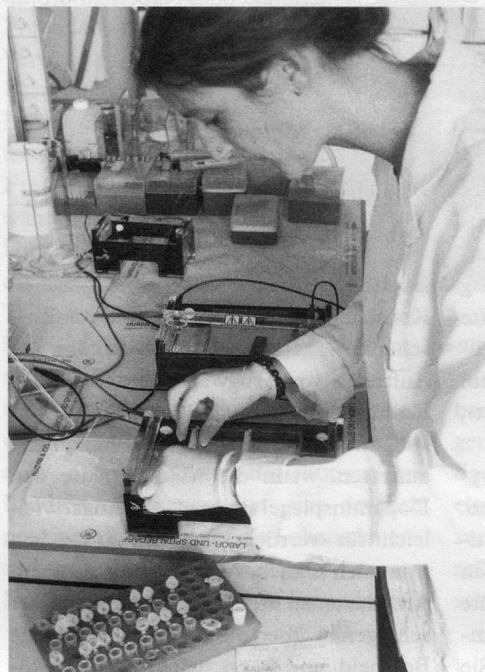
Förderung der Parkinsonforschung

Parkinson Schweiz unterstützt mit einem Fonds schweizerische Forschungsprojekte zu Morbus Parkinson.

Parkinsonforschende an Schweizer Universitäten oder Schweizer Forscher an ausländischen Instituten können sich für 2006 wieder um einen Forschungsbeitrag von Parkinson Schweiz bewerben. Der Forschungsausschuss unter Vorsitz des St. Galler Neurologen und Präsidenten des Fachlichen Beirats, Hans-Peter Ludin, hat in den letzten Jahren immer wieder fünf- bis sechsstellige Beiträge vergeben. Derzeit arbeiten Wissenschaftler an den Universitäten Bern, Lausanne und Zürich mit Geldern aus dem Parkinson Schweiz-Fond an Studien zur parkinsonschen Krankheit.

«Die Unterstützung klinisch relevanter Wissenschaft bringt den Patienten grossen Nutzen», sagt Ausschusspräsident Ludin. Nicht unbedingt sofort und heute. Aber neben konkreten Ergebnissen, die zu Fortschritten im Verständnis der Krankheit führen und auch andere Stu-

dien fördern können, wächst die Erfahrung der Ärzte auf dem Gebiet der bis heute unheilbaren und trotz erheblicher klinischer Fortschritte immer noch rätselhaften Krankheit.



Doch nicht jedes Projekt wird gefördert, nur weil es sich mit Parkinson befasst. «Die Messlatte für eine Unterstützung liegt hoch», sagt Hans-Peter Ludin. Die Anträge müssen formell nach genauer Vorschrift eingereicht werden, das Forschungsziel und ein Projektplan müssen detailliert vorliegen, bevor sich der Ausschuss mit dem Antrag befasst. Für die Prüfung der Anträge wurden 2004 neue Richtlinien verfasst. Grosse Beträge über 50'000 Franken werden in Raten bezahlt, dazu werden Zwischenberichte verlangt. Die Antragsteller verpflichten sich ausserdem, ihre Forschungsergebnisse Parkinson Schweiz vorzulegen.

Antragsmerkblatt unter:

www.parkinson.ch oder von
Parkinson Schweiz, Postfach
8132 Egg, Tel. 043 277 20 77
info@parkinson.ch

Parkinsonforschung: Noch sucht man intensiv nach den genauen Ursachen der Krankheit.

ALLTAG MIT PARKINSON

So ernähren Sie sich richtig!

Gegen Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust

Das Zittern, die Daueranspannung der Muskulatur und die Anstrengung, eine begonnene Bewegung zu Ende zu führen sowie die (möglicherweise von L-Dopa ausgelösten) Überbewegungen kosten viel Energie. Medikamente verursachen häufig Übelkeit oder gar Brechreiz. Das kann zu Gewichtsverlust führen. Zur Beeinflussung dieser Probleme hier einige Empfehlungen zur Nahrungsaufnahme:

- Essen Sie sechs bis sogar acht kleine Mahlzeiten über den Tag. Ein leerer Magen fördert Übelkeit, kleine Mahlzeiten können dies verhindern.
- Die allgemeine Verlangsamung führt beim Essen häufig zum Auskühlen der Nahrung. Kleinere Portionen, Warmhalteteller oder die Möglichkeit, das Essen in der Mikrowelle erneut aufzuwärmen zu können, können hilfreich sein.
- Meiden Sie stark fette, süsse und sehr würzige Speisen. Statt dessen eignet sich Salziges, leicht Säuerliches und Mildes.
- Nehmen Sie sich Zeit und geniessen Sie das Essen. Bewusstes Essen hilft, richtig zu essen. Auch das Auge isst mit. Das regt an, vielseitig zuzugreifen und fördert das Sättigungsempfinden.
- Trockene Kracker, Kekse oder Toast lindern Übelkeit. Essen Sie ein wenig davon, wenn es Ihnen übel ist. Bei längerer Übelkeit eignet sich leicht Verdauliches wie gekochte Möhren, Reis, Bananen und Weissbrot.
- Trinken Sie genügend über den Tag, aber trinken Sie möglichst wenig zum Essen, um die Magensäfte nicht unnötig zu verdünnen.

Nicht nur zu wenig Dopamin

Mehrere Botenstoffe für Parkinson verantwortlich

Nicht nur der Mangel an Dopamin, auch das Ungleichgewicht zwischen Dopamin und anderen Nervenbotenstoffen wie Acetylcholin und Glutamat ist Ursache für Parkinson. Dopamin kann hemmende und aktivierende Impulse weiterleiten. Bei der Nachrichtenübermittlung von der schwarzen Substanz im Mittelhirn zum Streifenkörper wirkt Dopamin vorwiegend hemmend. Vom Absterben der Zellen dort ist auch der Botenstoff Glutamat betroffen, der immer aktivierend wirkt. Durch den Dopaminmangel entsteht ein relativer Überschuss an Glutamat, der Bewegungsstörungen auslöst. Weitere betroffene Botenstoffe sind die Gamma-Amino-Buttersäure (GABA), die eine hemmende Wirkung hat, und der Botenstoff Noradrenalin. Der Dopaminmangel bringt die feine Balance zwischen hemmenden und aktivierenden Botenstoffen durcheinander. So sendet das Gehirn falsche Signale an die Muskulatur, die dann gestörte Bewegungen ausführt.

Pflegefinanzierung heftig umstritten

Reform oder nur Abbau? Der Bundesrat will die Belastungen für die Grundpflege den Betroffenen aufbürden.

Im Streit um die Neuregelung der Pflegefinanzierung zeichnet sich noch keine Lösung ab. Der Bundesrat hatte Mitte Februar dem Parlament vorgeschlagen, dass die obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP) die Behandlungspflege, wie beispielsweise einen Verbandwechsel oder eine Injektion, voll übernimmt. An die Pflegeleistungen für die täglichen Grundbedürfnisse jedoch (sog. Grundpflege), soll die Krankenversicherung lediglich einen fixen Frankenbeitrag leisten. Zur Grundpflege gehört zum Beispiel die Unterstützung bei der Körperpflege, beim Ankleiden oder beim Essen. Die Pflege zu Hause soll mit einer Hilflosenentschädigung zur AHV mitgetragen werden. Die-



Foto: Spitex/Keystone

Zur Grundpflege gehört etwa Hilfe beim Betten, Ankleiden oder Waschen. Parkinson Schweiz will verhindern, dass Parkinsonbetroffene dafür markant mehr bezahlen müssen.



Foto: Spitex/Mia Krebs

«20 Prozent Mehrkosten wären noch tragbar»: Stéphanie Mörkofer, Spitex-Verband Schweiz.

se soll neu bereits bei einer Hilflosigkeit leichten Grades ausgerichtet werden. Für Heimbewohnerinnen und -bewohner ist zudem vorgesehen, die Höchstgrenze von jährlich rund 30'000 Franken der Ergänzungsleistungen aufzuheben.

Berufsverbände, Leistungserbringer und Betroffenenorganisationen wie Parkinson Schweiz lehnen diesen Vorschlag als ungerecht und nicht praktikabel ab, denn vor allem chronisch Kranke sind auf die Leistungen der Grundpflege angewiesen. Das bundesrätliche Modell sieht aber gerade dort eine markante Erhöhung der Kosten für die Betroffenen vor. Der Pauschalbetrag für die Grundpflege durch die Krankenkassen ist zwar noch nicht festgelegt, pflegebedürftige Parkinsonkranke müssten aber für einen Grossteil der Kosten selbst aufkommen. Zwar will der Bundesrat den Abbau der Krankenkassenleistungen bei Patienten im AHV-Alter durch eine Hilflosenentschädigung

im leichten Grad ausgleichen. Die vorgesehene Unterstützung ist aber viel zu niedrig und würde gerade mal pro Monat zweieinhalb Stunden Spitexbetreuung zu Hause abdecken. «Die Unterscheidung zwischen Grundpflege und Behandlungspflege ist praxisfremd und macht keinen Sinn», sagt Stéphanie Mörkofer, Präsidentin des Spitex-Verbands Schweiz.

Der Abbau der Grundpflege würde in der Praxis bedeuten, dass alte Menschen viel früher in eine Heim gehen würden als jetzt, weil sich die Pflege daheim immer weniger Pflegebedürftige leisten könnten. Die Kritiker des Bundesratsmodells halten die Abgeltung der Vollkosten der

Pflege in Heimen, ambulant und zu Hause durch die Krankenversicherer für die patientenfreundlichste Lösung. Die zusätzliche Belastung von Langzeitpatienten müsse sich in engen Grenzen halten, so die Gesamtbeurteilung der Leistungserbringer (u.a. Pflegeverbände, Spitex und Spitäler). «Ein tragfähiger Kompromiss wäre eine Beteiligung der Patienten zusätzlich zu Franchise und Selbstgehalt mit höchstens 20 Prozent», sagt Mörkofer. Nun will man im Parlament eine Lösung suchen. Sollte es aber beschliessen, was der Bundesrat vorschlägt, würden die Kritiker, auch Parkinson Schweiz, ihre Rechtsmittel ausschöpfen. *jok*

Hilfe gegen Parkinson?

Protein soll kaputte Hirnzellen reparieren

Wissenschaftler der *Helsingfors Universität* www.helsinki.fi haben mit dem Tripeptid KDI ein Protein entdeckt, das für die Reparatur von geschädigten Nerven und Gehirnzellen eingesetzt werden soll. Die Wirkung von KDI beruht auf der Blockierung einer schädlichen Substanz, die bei degenerativen Gehirnerkrankungen und Verletzungen des Rückenmarks vorhanden ist. Durch die Blockierung dieser Substanz, eines Glutamats, verhindert KDI den dauernden Zelltod und unterstützt den Körper bei der Selbstheilung. Die Ergebnisse der Studie werden online

im *Journal of Neuroscience Research* www3.interscience.wiley.com/cgi-bin/jhome/34828 publiziert.

Bisher haben die Forscher KDI an Versuchstieren und menschlichen Nervenzellen getestet. Diese Ergebnisse waren viel versprechend. Gemäss der Radiostation BBC besteht Hoffnung, dass mit KDI-Injektionen bald ein Behandlungsverfahren zur Verfügung stehen wird, das man auch bei Krankheiten wie Parkinson einsetzen kann. Welche Auswirkungen KDI auf die parkinsonsche Krankheit haben kann, ist aber noch unklar. Da KDI natürlich im Körper vorkommt, werden keine schweren toxischen Nebenwirkungen erwartet. Bisher wurden keine derartigen Symptome festgestellt. *Quelle: pte-online*