

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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2016)

Heft: 123: Mobilität - mit Parkinson im öffentlichen Verkehr = Mobilité - Parkinson et transports publics = Mobilità - Parkinson e trasporti pubblici

Artikel: Physiotherapie bei Parkinson

Autor: Robmann, Eva / Brühlmann, Susanne

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-815274>

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: 16.01.2026

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

Physiotherapie bei Parkinson

Susanne Brühlmann, Physiotherapeutin in der Rehaklinik Zihlschlacht und Vorstandsmitglied von Parkinson Schweiz, betrieb einst Leistungssport. Nun trainiert sie Parkinsonbetroffene. Sie sagt: «Mobil bleiben heisst selbstbestimmt bleiben.»

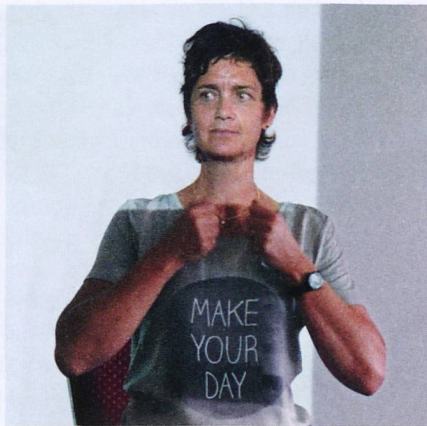
Mit Physiotherapeutin Susanne Brühlmann
sprach Eva Robmann

Frau Brühlmann, welches Ziel verfolgt die Physiotherapie ganz allgemein?

Die Physiotherapie will die Bewegungsfähigkeit eines Menschen erhalten, fördern und verbessern. Dies nach Befragung und Untersuchung mit passiven und aktiven Massnahmen, je nach Beschwerde und Symptombild.

Was müssen Physiotherapeutinnen und -therapeuten speziell beachten, wenn sie Parkinsonbetroffene behandeln?

Speziell ist, dass jeder Parkinsonbetroffene ein anderes Symptombild zeigt und die Symptome sehr unterschiedliche Auswirkungen auf die Alltagsaktivitäten und die Lebensqualität haben.



Susanne Brühlmann, diplomierte Physiotherapeutin und seit fünf Jahren Vorstandsmitglied von Parkinson Schweiz. Die 49-Jährige wurde im deutschen Gelsenkirchen geboren. Nach dem Abitur liess sie sich in Dortmund zur Masseurin ausbilden, anschliessend studierte sie Physiotherapie in Marburg. Seit 1993 arbeitet sie in der Rehaklinik Zihlschlacht.

Foto: Alois Brändle

Transfers sicherer. Eine grössere Mobilität steigert die Lebensqualität und verbessert oder erhält die Selbstständigkeit. Daher ist auch das Hinführen zum selbstständigen Eigentaining ein entscheidender Erfolg der Therapie.

Wann ist es für Parkinsonbetroffene sinnvoll, mit der Physiotherapie zu beginnen?

Parkinsonbetroffene sollten direkt nach der Diagnosestellung mit der Physiotherapie beginnen, um ein individuelles Programm zusammenzustellen. So können sie durch einen aktiven Lebensstil und geeignete Übungen den Krankheitsverlauf positiv mitbestimmen. Je nach Krankheitsverlauf und Symptomanänderungen können sie später erneut einen Physiotherapeuten aufsuchen, um das Programm anzupassen.

Was sind Ihre speziellen Tipps für Parkinsonbetroffene?

Ganz klar: aktiv bleiben. Dies sowohl auf der Bewegungsebene als auch auf der sozio-kulturellen Ebene, d. h., den Freundeskreis pflegen, jassen oder auch mal ins Kino gehen, je nachdem, was Freude macht. Wichtig ist, den Tagesverlauf aktiv zu gestalten und kleine Übungen einzubauen. Mobil bleiben heisst selbstbestimmt bleiben.

Wie sind Sie auf Ihren Beruf gekommen? Und wieso mit Parkinsonbetroffenen?

Ich habe früher Leistungssport betrieben und war dadurch immer wieder mit der Massage oder der Physiotherapie in Kontakt. Während meiner Ausbildung habe ich schnell gemerkt, dass ich mich in der Neurologie zu Hause fühle. In der Rehaklinik Zihlschlacht durfte ich am Aufbau des Parkinsonszentrums mithelfen und mich im Bereich Parkinson weiterbilden. Die Erfolge der Betroffenen sind für mich sehr motivierend.

ZUM THEMA

DVD «Wir bleiben in Bewegung»

Parkinson Schweiz hat mit der Unterstützung mehrerer Stiftungen eine DVD mit rund 70 Bewegungsübungen für Parkinsonbetroffene produziert. Die Physiotherapeutin Susanne Brühlmann und zwei Parkinsonbetroffene machen die Übungen vor. Sie können zu Hause gemacht werden. Zur Auswahl stehen leichte bis schwierige Übungen im Stehen, Sitzen oder Liegen.

Die viersprachige DVD (Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch) kann an der Geschäftsstelle von Parkinson Schweiz in Egg bezogen werden.

Preis: CHF 36.– für Mitglieder

Neben der konventionellen Physiotherapie gibt es weitere Ansätze, etwa die LSVT (Lee Silverman Voice Treatment). Was sind die Unterschiede?

Methoden der konventionellen Therapie sind Gelenkmobilisation, Dehnen, Ausdauer- und Krafttraining. Das LSVT-Big-Programm ist ein vierwöchiges intensives Training. Bewegungen sollen gross und mit spürbarer Anstrengung ausgeführt werden. So werden etwa lange Schritte trainiert. Zihlschlacht integriert diese Grundidee in die Einzel- und Gruppentherapien, und das Pflege- und Begleitpersonal setzt sie im Alltag um.

Viele Studien belegen die positive Wirkung der Physiotherapie. Sehen Sie die Erfolge Ihrer Arbeit?

Ja, deutlich. Die Gehstrecke wird länger und die Haltung besser. Auch werden die