

| | |
|---------------------|--|
| Zeitschrift: | Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera |
| Herausgeber: | Parkinson Schweiz |
| Band: | - (2020) |
| Heft: | 139: Bewegung und Neuropsychologie = Activité physique et neuropsychologie = Movimento e neuropsicologia |
| Rubrik: | Sprechstunde mit Elisabeth Ostler |

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: 13.01.2026

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



Elisabeth Ostler, Pflegefachfrau HF und Parkinson-Nurse, ist Leiterin Pflege und Weiterbildungen bei Parkinson Schweiz. Sie erteilt Pflegefachleuten in der Deutschschweiz und im Tessin Parkinson-spezifische Weiterbildungskurse. Foto: Frederic Meyer

Häufiger nächtlicher Harndrang

Mein Partner ist 71 Jahre alt und hat seit zwölf Jahren Parkinson. In letzter Zeit hat sich seine Blasenfunktion verschlechtert. Er muss nachts mehrfach aufstehen, was für uns beide sehr mühsam ist, und für ihn auch gefährlich. Kann man ihm helfen?

Viele Parkinsonpatienten leiden im späteren Krankheitsverlauf an Blasenproblemen. Dabei ist der häufige nächtliche Harndrang mit kleinen Urinportionen ein oft beschriebenes Problem. Wenn Sie nachts ebenfalls aufstehen müssen, um ihm zu helfen, entwickelt sich schnell eine unerträgliche Belastungssituation, weil Sie um Ihren Schlaf gebracht werden, den Sie nötig haben, um den kommenden Tag zu bewältigen. Das Ziel muss folglich lauten: Ihr Partner kann nachts Wasser lösen, ohne Sie jedes Mal wecken zu müssen.

Hier kommen verschiedene Hilfsmittel infrage. Eine Urinflasche – eventuell mit Rücklausicherung, sodass die Flüssigkeit in der Flasche bleibt und nicht im Bett verschüttet wird – oder das Urinalkondom oder die Windelhose. Für die Urinflasche ist es nötig, dass Ihr Partner nachts beweglich genug ist, um diese bedienen zu können.

Das selbstklebende Urinalkondom stülpt man abends über den Penis und verbindet es mit einem Urinauffangbeutel, den man an das Bettgestell hängt. So kann der Patient im Liegen und ohne Anstre-

Sprechstunde mit Elisabeth Ostler

gung Urin lösen. Am Morgen wird das Urinalkondom entfernt. Die korrekte und damit erfolgreiche Anwendung sollte von einer Fachperson erklärt und gezeigt werden, damit Sie sich möglichst ohne Zwischenfälle vom grossen Nutzen dieses Hilfsmittels überzeugen können.

Zudem ist der Einsatz von Windeln zu erwähnen. Heutzutage werden hoch saugfähige Materialien verwendet, um «trocken» durch die Nacht zu kommen. Die bewusste Blasenentleerung im Bett liegend zu praktizieren, benötigt unter Umständen ein ganz gezieltes Training dieser ungewohnten Handlung.

Blockade beim Essen

Mein Mann ist manchmal so blockiert, dass er nicht alleine essen kann oder dass er fürs Essen sehr viel Zeit benötigt. Müssen wir damit leben?

Einerseits verhindert eine Blockade während des Essens die Fähigkeit, das Besteck selbstständig zu führen. Die Gabel oder der Löffel bleiben auf halbem Weg stehen. Selbstständiges Essen ist in solchen Phasen kaum möglich. Andererseits ist das Kauen und Schlucken erschwert, wenn Wangen-, Zungen- und Rachenmuskulatur steif sind. Häufig kann beobachtet werden, dass die Blockade sich im Laufe der Mahlzeit verstärkt. Anfangs gelingt es noch, das Besteck selber zu führen. Nach einiger Zeit dann nicht mehr. Blockaden gehen mit Phasen schlechter Beweglichkeit einher.

Besprechen Sie mit dem Neurologen eine eventuelle Anpassung der Medikamente. Verschieben Sie die Essenszeiten in Phasen guter Beweglichkeit. Bieten Sie mehrere kleine Mahlzeiten pro Tag an. Manchmal kann eine kurze Unterbrechung der Mahlzeit mit bewusst grossen Übungen der Arm- und Handbewegungen die Muskulatur so weit lösen, dass das Besteck wieder gezielt eingesetzt werden kann. Unterstützung beim Essen kann bedeuten, dass es von Ihnen lediglich

einen kleinen Anschub an der Hand Ihres Mannes braucht. Aber auch, dass Sie die Führung des Bestecks für Ihren Mann ganz übernehmen müssen.

Wenn die Mahlzeiten beschwerlich werden, geschieht es oft, dass nicht mehr genügend gegessen wird. Achten Sie daher auf eine allfällige Gewichtsabnahme. Um dieser entgegenzuwirken, könnten Sie die Mahlzeiten für Ihren Mann mit gehaltvollen Zutaten (Rahm, Butter usw.) etwas kalorienreicher zubereiten.

Schwindelgefühl

Ich (80) habe seit sieben Jahren Parkinson. In letzter Zeit wird mir immer wieder schwindlig. Hat das mit Parkinson zu tun? Und kann ich etwas dagegen tun?

Das Schwindelgefühl kann mit der Parkinsonkrankheit zusammenhängen. Die Fachleute sprechen von ohostatischer Dysregulation. Gleichzeitig können im Laufe des Tages – ausserhalb dieser Episoden – aber auch zu hohe Blutdruckwerte gemessen werden.

Drei wichtige Massnahmen seien hier erwähnt: 1. Stellen Sie sicher, dass Sie genügend trinken, um Ihren Kreislauf zu unterstützen. 2. Sie können mit gut angepassten Kompressionsstrümpfen das Absacken des Blutes in die Beine verringern. Die Strümpfe tragen Sie vom Aufstehen bis zur Nachtruhe. Die Strümpfe sollten von einer Fachperson abgemessen werden. 3. Schlafen Sie mit erhöhtem Oberkörper. Dann ist der Druckunterschied beim Aufstehen geringer.

Weitere Sprechstunden-Fragen und -Antworten finden Sie auf www.parkinson.ch

Fragen zu Parkinson?

Schreiben Sie an:
Redaktion Parkinson Schweiz
Postfach 123, 8132 Egg
presse@parkinson.ch