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

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2021)

Heft: 144: Fühlen bei Parkinson = Nociception et Parkinson = Tatto e percezione del dolore

Artikel: Kreativität in Bern

Autor: Robmann, Eva

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1034968

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

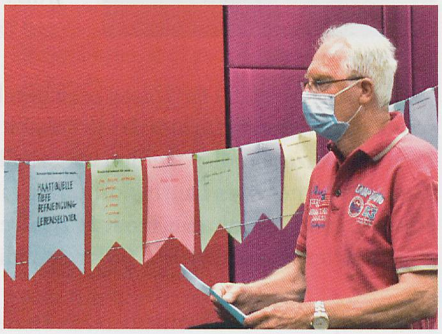
Download PDF: 04.08.2025

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

In Bern galt die Maskenpflicht. *Fotos: Kurt Heuberger*

Kreativität in Bern

Das dominierende Thema an der Informationstagung in Bern war Kreativität. Von zu wenig bis zu viel war die Rede.



Kreativität in Worte gefasst.

Das Interesse an der Informationstagung vom 8. September im Inselspital war gross, trotz Einschränkungen wegen Covid-19. Über 130 Interessierte lauschten den Vorträgen. Es galten Maskenpflicht und Abstand. Dominierendes Thema war die Kreativität im Zusammenhang mit der Parkinsonkrankheit. Die Themenpalette reichte von vermehrter kreativer Tätigkeit bis zu kreativen Therapieansätzen.

Dr. med. Ines Debove.

Die Neurologin Dr. med. Ines Debove beschrieb, wie herausfordernd die Medikamenteneinstellung bei Parkinson ist. «Die Krankheit zeigt sich bei allen Betroffenen individuell», sei dies mit oder ohne Zittern, mit oder ohne Verlust der Riechfähigkeit. «Eine falsche Medikamenteneinstellung kann zu Verhaltensauffälligkeiten führen.» Zu viel Dopamin könne Impulskontrollstörungen zur Folge haben. «Eine Patientin war so euphorisch, dass sie Wände, Möbel und Waschmaschine täglich neu bemalte.»

Auf zu wenig Dopamin könnten Betroffene mit Apathie und Angst reagieren. Fehlten Lebensfreude und Motivation, sei dies für die Angehörigen ebenfalls belastend. «Es braucht ein Team, um das Mass bei der Medikamenteneinstellung zu finden», sagte Dr. med. Ines Debove. Dabei sollen auch die Betroffenen und deren Angehörige sowie die Therapeuten und Therapeutinnen mitwirken. Denn die Sprechstunde in der Arztpraxis sei nur eine Momentaufnahme.

Prof. em. Dr. med. Mathias Sturzenegger fand trotz Abwesenheit einen kreativen Weg, am Anlass teilzunehmen, per Video. «Es gibt kein *one size fits all*», sagte er, «kein Kochbuchrezept für alle. Bei Parkinson müssen immer individuelle Lösungen gesucht werden.» Er riet Betroffenen, Tagebuch zu führen (bei Parkinson Schweiz erhältlich), was dem Arzt wichtige Informationen liefere. Und er empfahl eine Bereitschaft zur Offenheit. Wenn eine Sportart nicht mehr gehe, solle man es mit einer anderen versuchen oder unkonventionelle Ansätze ausprobieren, sofern sie nicht zu teuer seien, z. B. Singen, um die Sprachfähigkeit zu trainieren. Statt sich zurückzuziehen, sei es besser, eine Aktivität in der Gruppe zu wählen, Wandern, Tanzen oder Tai Chi. Aktivitäten würden nicht nur Beweglichkeit und Gleichgewicht verbessern, sondern sie hätten auch einen sozialen und anti-depressiven Effekt.

Dr. phil. Eva Robmann

Stichwort Kreativität

Die Anwesenden waren zu Beginn aufgefordert worden, auf bunten Blättern zu schreiben, was Kreativität für sie bedeutet und was ihnen mit Parkinson hilft. Einige Beispiele, die am Schluss hinten im Saal hingen:

- → Wege suchen und finden; Wandern statt Velofahren
- → Handarbeit; Basteln; Modellieren; Gestalten
- → Gartenarbeit; in die Natur gehen
- → Kochen; neue Rezepte ausprobieren; Backen
- → Musizieren; komponieren
- → Abseits der eingetretenen Pfade agieren; Neues ausprobieren
- → Etwas machen, bei dem ich alles vergesse
- → Tun, was mir gefällt