

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 50 (1993)  
**Heft:** 5: Natürliche Geburten

**Artikel:** Die Parkinson-Krankheit hat noch viele Rätsel  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557667>

#### 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:** 24.02.2026

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

# Die Parkinson-Krankheit hat noch viele Rätsel



**Die Beschäftigungs-therapie dient auch dazu, die meist beeinträchtigten kleinen Bewegungen der Finger und Hände, also die Geschicklichkeit, zu trainieren.**

Die Parkinson-Krankheit – auch «Parkinson-Syndrom» oder «Schüttellähmung» genannt – ist eine chronische Krankheit, an der hauptsächlich ältere Menschen leiden. Die Krankheit entsteht dadurch, dass bestimmte Nervenzellen im Gehirn langsam zerstört werden, was Störungen der Bewegungsabläufe bewirkt. Eine wirkliche Heilung ist heute noch nicht möglich, doch verschiedene Behandlungen schaffen Erleichterung.

Die Parkinson-Krankheit ist also eine Erkrankung des Nervensystems: Nach und nach wird die sogenannte «Substantia nigra», ein schwarzes Pigment im Hirnstamm, zerstört. Dieses schwarze Pigment befindet sich in einem Teil des Gehirns, der unter anderem die Koordination der Bewegungen und andere Körperfunktionen steuert. Bei diesen Vorgängen spielen bestimmte Überträgersubstanzen – nämlich das Noradrenalin, das Serotonin, das Dopamin und das Acetylcholin – eine sehr wichtige Rolle. Sie übertragen Signale von einer Nervenzelle auf die andere. Nur wenn diese Substanzen in genügender Menge vorhanden sind und zueinander im richtigen Gleichgewicht stehen, können wir aufrecht gehen und uns nach Lust und Laune bewegen. Auch andere bewusste und unbewusste Vorgänge im Körper (z.B. der Blutdruck, die Pulsfrequenz und der Speichelfluss) werden durch diese sogenannten «Überträgersubstanzen» beeinflusst. Bei der Parkinson-Krankheit kommen drei dieser Stoffe im Hirnstamm nur vermindert vor; je weiter fortgeschritten die Krankheit ist und je deutlicher sich die Symptome zeigen, desto geringer sind die Mengen an Noradrenalin, Serotonin und Dopamin, und desto stärker überwiegen die Mengen an Acetylcholin, was schliesslich die Symptome auslöst.

Weitere Informationen über die Parkinson-Krankheit erhalten Sie bei:

Schweizerische Parkinson-Vereinigung  
Zentralsekretariat  
Postfach  
CH-8128 Hinteregg  
Tel. 01/984 01 69

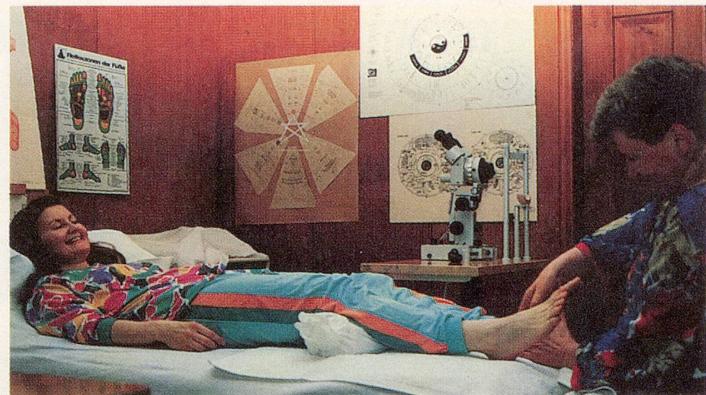
## Die Symptome sind selten eindeutig

Die ersten Anzeichen der Krankheit treten meist erst nach dem 40. Lebensjahr auf. Zuerst verspürt der Patient vorübergehende Schmerzen im Rücken, im Kreuz, in den Schultern oder in den Beinen. Beim Gehen verkrampfen sich manchmal die Zehen und die Füsse drehen sich nach innen. Depressionen, Schlafprobleme oder Taubheitsgefühle können auftreten.

Eine genaue Diagnose zu stellen ist oft sehr schwierig, da die Symptome ähnlich sind wie diejenigen rheumatischer oder anderer Krankheiten. Beim Auftreten der beschriebenen Beschwerden sollte man deshalb nicht gleich in Panik geraten; oft handelt es sich um eine weniger schwerwiegende Krankheit als Parkinson.

Typische Merkmale der fortgeschrittenen Parkinson-Krankheit sind die gebeugte Haltung der Patienten, das Ruhezittern – oft mit Drehbewegungen der Finger –, ein vermehrter Speichelfluss, eine intensive Schweiß-Sekretion, Muskelblockaden, Verkrampfungen und Versteifungen, die manchmal den ganzen Körper miteinbeziehen. Automatische Bewegungen wie das Schwingen der Arme beim Gehen oder der Lidschlag der Augen nehmen ab oder verschwinden sogar. Dadurch wirken die Bewegungen oft steif und das Gesicht ausdrucklos. Viele Patienten fallen in depressive Stimmungen und leiden an Weinkrämpfen.

Obwohl der Name «Schüttellähmung» eigentlich unzutreffend ist, da die Parkinson-Krankheit keine wirklichen Lähmungen aufweist, können zeitweise Lähmungserscheinungen auftreten. Diese sind jedoch auf die Versteifungen und Verkrampfungszustände zurückzuführen. Die Arme werden angewinkelt gehalten, und die Finger sind gebeugt. Die Gefahr besteht, dass die Patienten nach hinten oder nach vorne fallen. Auch macht sich eine Verlangsamung aller Bewe-



**Mit Hilfe der Fußreflexzonenmassage können Verkrampfungen teilweise gelöst werden.**

## Wie können die Angehörigen helfen?

Bei der Parkinson-Krankheit ist die ganze Familie mitbetroffen. Der Ehepartner und die Familienangehörigen des Patienten sollten sich deshalb von Anfang an genau informieren über Ursachen, körperliche und seelische Auswirkungen und Behandlung der Krankheit. Nur dadurch gelingt es, den Patienten besser zu verstehen und seine Möglichkeiten und Grenzen richtig einzuschätzen.

Aus diesem Grund bietet die Parkinson-Vereinigung Seminare, Tagungen und Informationsabende an, an denen auch die Angehörigen teilnehmen können. Es kann auch für beide Seiten hilfreich sein, wenn die Angehörigen in den Selbsthilfegruppen mitwirken. In Zürich hat sich ausserdem eine Angehörigengruppe gebildet, wo Erfahrungen gegenseitig ausgetauscht werden.

Sehr nachteilig ist es, wenn die Angehörigen ein übertriebenes Mitleid entwickeln. In falsch verstandener Fürsorge neigen diese leicht dazu, dem Patienten jede noch so kleine Arbeit abzunehmen, anstatt ihn anzuhalten aktiv zu bleiben. Die Hilfe sollte eine Hilfe zur Selbsthilfe sein. Für das Selbstwertgefühl des Patienten ist es sehr wichtig, dass er möglichst viele Tätigkeiten selber ausführt, auch wenn sie mit Mühe verbunden sind.

Viele Patienten kapseln sich von ihrer Umwelt ab, wenn diese wenig Verständnis für den Ausdruck ihrer Krankheit – langsamere und «störende» Bewegungen – zeigt. Hier können die Angehörigen mithelfen, Kontakte bewusst zu fördern.



**Möglichst viel Bewegung – zusammen turnen oder wie hier ein gemeinsamer Ausflug – ist wohl die beste «Therapie».**

gungen bemerkbar. Bei zahlreichen Patienten wird die Schrift immer kleiner. Zuweilen treten auch nervöse Muskelzuckungen, Augenmuskelstörungen, Blick-, Zungen-, Kaumuskel- und Atemkrämpfe auf.

### **Parkinsonismus und Parkinson-Krankheit**

Die Fachliteratur unterscheidet zwischen der Parkinson-Krankheit und dem Parkinsonismus. Die Symptome sind zwar fast identisch, jedoch bestehen wesentliche Unterschiede in den Ursachen.

Die wichtigste Form des Parkinsonismus ist die Folge von schweren Kopfverletzungen, Gehirnentzündungen, Hirnblutungen oder Hirnarteriosklerose. Auch andere Schädigungen des Stammhirns (z. B. nach Vergiftungen durch Kohlendioxyd, Schwefelkohlenstoff, Methanol, Benzol, verschiedene Lösungsmittel und Insektenvertilgungsmittel) können Parkinsonismus verursachen. Bestimmte Medikamente enthalten Substanzen, die als Nebenwirkung den Parkinsonismus auslösen können. Zu solchen Medikamenten zählen Psychopharmaka, blutdrucksenkende und durchblutungsfördernde Präparate sowie Medikamente, die bei Magen- und Darmbeschwerden eingenommen werden.

Die effektiven Ursachen der Parkinson-Krankheit sind heute noch nicht bekannt; die meisten Fachleute sehen sie jedoch als Stoffwechselkrankheit, die eine Folge der Überbelastung des Körpers durch Umweltgifte sein könnte.

Prinzipiell spielt die Vergiftung des Organismus bei der Parkinson-Krankheit die Hauptrolle. Patienten, deren körpereigene Abwehrkräfte äußerst schwach sind, leiden stärker an der Vergiftung als Patienten mit einem stärkeren Abwehrsystem. Auch Erbfaktoren scheinen von Bedeutung zu sein. Wie die meisten Krankheiten kann sich Parkinson gutartig oder bösartig entwickeln.

### **Unterstützung durch Physiotherapie**

Die Schulmedizin behandelt vorwiegend die Symptome im Gehirn. Die Behandlung wird da angesetzt, wo die «Substantia nigra» fehlt und ein Mangel an «Überträgersubstanzen» auftritt. Nach der Einnahme von «Madopar», einem Medikament, welches das Dopamin im Hirnstamm ersetzt, können Patienten sich oft einige Stunden lang normal bewegen. Die meisten Patienten sprechen auf verschiedene Mittel gut an, und zahlreiche Ärzte verschreiben eine Kombination von Medikamenten, die jedoch oft erhebliche Nach-

teile mit sich bringen. Je mehr körpereigene Stoffe durch künstliche Mittel auf chemischer Basis ersetzt werden, desto weniger produziert der Körper diese selbst, und desto grösser wird die Abhängigkeit des Patienten von solchen Medikamenten. Die Beweglichkeit lässt immer mehr nach, und immer grössere Mengen der Medikamente sind erforderlich. Sowohl die Schulmedizin als auch die Naturheilkunde unterstützen diese Patienten durch Physiotherapie. Besonders krampflösende Massagen und die Fussreflexzonen-Massage schaffen vielfach Erleichterung.

Bekanntlich werden in der Naturheilkunde nicht die Symptome bekämpft, sondern die Grundursache einer Krankheit wird behandelt. Die Hauptursache der Parkinson-Krankheit ist, abgesehen von einer erblichen Veranlagung, auf eine spezielle Empfindlichkeit des Patienten zurückzuführen. Giftstoffe gelangen durch die Nahrung oder durch die eingeatmete Luft in den Körper und können nicht genügend abgebaut, ausgeschieden oder unschädlich gemacht werden. Die Symptome im Gehirn können entstehen und sich verschlechtern, solange Giftstoffe über das Blut und die Nervenbahnen das Gehirn erreichen können. Der Naturheilarzt empfiehlt deshalb in erster Linie eine gesunde Ernährung und viel Bewegung zur Stärkung des Körpers.

## Die Ernährung des Parkinsonpatienten

**Frühstück:** Nehmen Sie möglichst nur unspritztes Obst zu sich.

**Mittagessen:** Essen Sie ein Müesli, das den Eiweissbedarf deckt (z. B. Sesamsamen, Leinsamen, Kürbiskerne, Sonnenblumenkerne, Nüsse, Soja-Lezithin). Nehmen Sie besser kein kleiehaltiges Korn zu sich, da Kleie eine blutverdickende Wirkung hat. Milch und Milchprodukte, ausser Rahm und Butter, sind nicht erlaubt, da das tierische Eiweiss schwerverdaulich ist.

**Abendessen:** Ihr Abendessen sollte aus mindestens zwei verschiedenen Gemüsen sowie z.B. aus Mais, Hirse, Kartoffeln oder Vollreis und gelegentlich aus einem Soja-Gericht bestehen.

**Trinken:** Trinken Sie nur vor oder zwischen den Mahlzeiten kohlenäsurefreies Mineralwasser, Gemüsesäfte (hin und wieder) oder Kräutertee.

**Ungesättigte Fettsäuren:** Da Parkinson-Patienten ein grosses Bedürfnis an ungesättigten Fettsäuren haben, sollten sie täglich mindestens zwei Esslöffel kaltgepresstes Öl (z. B. im Salat oder Gemüse) und nach jeder Mahlzeit eine Kapsel Nachtkerzenöl oder Weizenkeimöl nehmen.

**Vitamine und Mineralien:** Um den Bedarf an Vitamin B, hauptsächlich B6 und B12 sowie an anderen Vitaminen und Mineralien zu decken, sind verschiedene Produkte, z.B. Hefepräparate, empfehlenswert.. Kalzium und Magnesium sind unentbehrlich; hier ist das Präparat «Urticalcin» erwähnenswert, das den Kalziumstoffwechsel günstig beeinflusst.

**Homöopathische Präparate:** Von den homöopathischen Mitteln seien Hyoscyamus niger, Belladonna, Gelsemium und Tarantula besonders erwähnt.

**Weitere natürliche Methoden:** Schröpfen fördert die Durchblutung. Für die Schmerzbekämpfung sind Akupunktur und Neuraltherapie hilfreich.