



PHYSIOTHERAPIE BEI PARKINSON

PHYSIO  **DEUTSCHLAND**

Deutscher Verband für
Physiotherapie (ZVK) e.V.

WAS IST PARKINSON?

Die parkinsonsche Krankheit (Morbus Parkinson) ist eine der häufigsten neurologischen Erkrankungen. Erste Anzeichen treten meist im mittleren Lebensalter auf. Dabei kommt es zur Zerstörung von Nervengewebe im Gehirn, das folglich den Botenstoff Dopamin nicht ausreichend produzieren und speichern kann.

WELCHE SYMPTOME TRETEN AUF?

Im Laufe der Erkrankung treten typischerweise folgende Bewegungsstörungen (Parkinson Trias) auf:

- Verlangsamte Bewegung (Bradykinese) bis hin zur Bewegungslosigkeit (Akinese)
- Muskelsteifheit (Rigor)
- Zittern an Händen und Füßen (Tremor)

Auffällig sind auch folgende Symptome:

- Starre Gesichtsmimik (Maskengesicht)
- Gleichgewichtsstörungen
- Start- und Stopphemmung beim Gehen
- Vegetative Störungen, wie vermehrter Harndrang, Kreislaufschwäche oder Verstopfung
- Instabile Haltung, gebückte einseitige Körperhaltung
- Psychische Symptome, wie zum Beispiel Niedergeschlagenheit und Antriebsmangel

Insgesamt zeigt sich: Bewegung und das Starten von Bewegungen fallen zunehmend schwerer.

WANN HILFT PHYSIOTHERAPIE?

Es ist bekannt, dass bei Parkinson die ersten Veränderungen im Nervensystem schon etliche Jahre vor den ersten Symptomen, also vor den typischen Bewegungsstörungen, auftreten.

Physiotherapie fördert und erhält die Beweglichkeit und vermindert Gelenkversteifungen im fortgeschrittenen Stadium.

Physiotherapie kann helfen, wenn Sie Unsicherheit und Angst beim Gehen verspüren.

Physiotherapie in Form von Gangschule und Laufbandtherapie fördert fließendes Gehen, Schrittgeschwindigkeit und Schrittlänge werden zum Beispiel über optische, akustische und sensorische Reize positiv beeinflusst.

Physiotherapie fördert den Bewegungsstart und die Bewegungsausführung. Sie trainieren mit dem Physiotherapeuten Alltagsbewegungen, Stützaktivitäten und Reaktionen, wie Drehen im Bett, Aufstehen und Hinsetzen.

Regelmäßige Zeiten der Medikamenteneinnahme verbessern die Krankheitszeichen und unterstützen die bewegungsfördernde Wirkung der Physiotherapie.

MÖGLICHKEITEN FÜR BETROFFENE

Physiotherapie bei Parkinson ist eine Regelleistung der gesetzlichen Krankenversicherungen in der ambulanten Versorgung und im Heilmittelkatalog festgelegt. Der Physiotherapeut behandelt auf der Grundlage einer ärztlichen Verordnung.

WAS ERWARTET DEN PATIENTEN?

Der Physiotherapeut wendet auf der Basis der ärztlichen Diagnose und seiner physiotherapeutischen Befunderhebung in der Regel zur Behandlung von M. Parkinson folgende Heilmittel vorrangig an:

- Spezielle Krankengymnastik für die Behandlung des zentralen Nervensystems (KG-ZNS)
- Krankengymnastik (KG)

Ergänzende Heilmittel können des Weiteren eingesetzt werden:

- Kältetherapie (KT)
- Wärmetherapie (WT)

BEHANDLUNGSZIELE IN DER PHYSIOTHERAPIE BEI PARKINSON SIND:

- Förderung und Verbesserung der Beweglichkeit, der Koordination und des Gleichgewichts
- Regulierung der Muskelspannung
- Vermeidung von Versteifungen
- Förderung von Ausdauer, Kraft und Belastbarkeit
- Selbstständigkeit
- Aktive Teilhabe am Leben

MASSNAHMEN INNERHALB DER PHYSIOTHERAPIE:

- Üben von Alltagsbewegungen
- Mit gezielten Übungen lässt sich die Kraft beachtlich verbessern.
- Das Sturzrisiko verringert sich deutlich durch Gleichgewichtstraining.
- Das hochfrequente Trainieren von Ausfallschritten (repetitives Training) ermöglicht einen schnelleren Start, längere Schritte und ein zügiges Gehen.
- Anleitung und Training mit Hilfsmitteln
- Beratung und Anleitung der Angehörigen

Weitere Informationen finden Sie unter
www.parkinson-vereinigung.de

überreicht durch:

Erstellt unter
Mitwirkung des Qualitätszirkels Parkinson der Physiotherapie Berlin

Herausgeber:

PHYSIO DEUTSCHLAND
Deutscher Verband für
Physiotherapie (ZVK) e.V.

Deutzer Freiheit 72-74 · 50679 Köln
Telefon 02 21/98 10 27-0 · Fax 02 21/98 10 27-25
E-Mail: info@physio-deutschland.de · www.physio-deutschland.de



**PHYSIOTHERAPIE
BEI PARKINSON**

PHYSIO DEUTSCHLAND
Deutscher Verband für
Physiotherapie (ZVK) e.V.