

## Die sozialen Aspekte des Parkinson

Über Jahrzehnte standen die motorischen Einschränkungen der Parkinsonerkrankung im Vordergrund. Seit einigen Jahren treten nun auch die nicht motorischen Symptome immer mehr in den Fokus.

Im folgenden werden die sozialen Aspekte des Parkinson beleuchtet. Der Mensch hinter der Erkrankung betrachtet und Wege aufgezeigt, die dem häufig auftretenden sozialen Rückzug entgegenwirken können.

Mit der Erkrankung Morbus Parkinson oder den atypischen Parkinsonformen gerät das für uns selbstverständliche Gehen im wahrsten Sinne des Wortes ins Wanken.

Durch Dyskinesien, Bewegungsblockaden wie Freezing, Gleichgewichtsstörungen oder Haltungsveränderungen kommt es zu Veränderungen im Gangbild.

Viele Betroffene vermeiden lange Wege, vor Allem in der Öffentlichkeit oder auf unbekanntem Terrain. Erste Schritte in die soziale Isolation. Auch nachlassende Mimik, eine leise undeutliche Sprache oder andere soziale wirksame Symptome wie Speichelfluss und Tremor verstärken Rückzugstendenzen.

Die psychiatrischen Komplikationen des Parkinson sind im Verlauf der letzten Jahre immer stärker in der Vordergrund getreten.

Kognitive Veränderungen oder gar Fehlwahrnehmungen fallen im sozialen Kontakt auf. Sie sind für Außenstehende häufig schwer nachzuvollziehen und entsprechend schwierig ist es, richtig mit ihnen umzugehen.

Ist sich der Betroffene diese problematischen Verhaltensauffälligkeiten bewusst, sind sie ihm häufig äußerst unangenehm.

Impulskontrollstörungen wie Hypersexualität, Spiel- oder Kaufsucht sind nicht nur für den Einzelnen eine starke Belastung, auch für das familiäre und soziale Umfeld stellen sie eine große Herausforderung dar.

Schon 1966 sprach man von einem gehäuften Auftreten von Depressionen (Gotham, Brown& Marsden).

Heute sagt man, dass 40 bis 50% aller Parkinsonpatienten an Depressionen leiden (Lembke, Caballos- Baumann). Antriebsmangel und Interessenverlust begünstigen das Aufgeben sozialer Verpflichtungen und Kontakte.

Betrachten wir alle genannten Symptome und problematischen Verhaltensweisen, so lösen sie im Betroffenen die verschiedensten negativen Gefühle von Scham über Angst, bis Verzweiflung und Wut aus.

Mit fortschreitender Erkrankung nimmt der Freundeskreis häufig ab. Was

bleibt ist die Familie.

Freizeitaktivitäten und lieb gewonnenen Hobbys bieten ein gutes Fundament für soziale Kontakte. Unter Gleichgesinnten Sport treiben, ein Hobby ausüben, Kontakte pflegen, all dies wird oft im Krankheitsverlauf aufgegeben.

Motorischer Abbau, die Zunahme sozial wirksamer Symptome, depressive Verstimmungen oder das Gefühl anderen zur Last zu fallen sind häufig Auslöser für einen Rückzug aus diesem Feld sozialer Kontaktmöglichkeiten.

Ein weiteren wichtiger Eckpfeiler unsere sozialen Lebens ist die Arbeit. Sie gibt uns Struktur, eine sinnvolle Aufgabe, wir identifizieren uns mit ihr. Symptomorientierte Therapie kann helfen die Arbeitsfähigkeit zu erhalten. Ist an Arbeit nicht mehr zu denken, kann Therapie eine Tages- und Wochenstruktur aufrechterhalten und bei neuer Zielfindung unterstützen.

Wie kann Therapie dem sozialen Rückzug aktiv entgegenwirken?

Im Klinikalltag haben sich Gruppenkonzepte als sinnvoll erwiesen.

So kann eine "Parkinsongruppe" den Austausch der Patienten untereinander fördern, Informationen vermitteln, Ängste nehmen, soziale Problemsituationen zum Thema machen und Kontakte zu Selbsthilfegruppen herstellen.

Gemeinsam Erfolge erleben, etwas schaffen, zusammen Spaß haben, dies alles gelingt im geschützten Rahmen und macht Mut auch im gewohnten Umfeld Gruppenangebote wahrzunehmen.

Auch die Parkinsongymnastikrunden in Physio- und Ergotherapie, mal mit, mal ohne musikalische Untermalung greifen diese Aspekte auf.

Betroffene sollen gezielt zueinander geführt werden, Kontakte knüpfen und ein positives Gruppenerlebnis erfahren.

Freude an Bewegungen und gemeinsam Spaß haben stehen im Vordergrund. Sich unbeschwert bewegen können- wissen, dass Jeder so gut mitmacht wie er eben kann- wissen, dass Niemand abwertend auf sozial wirksame Symptome schaut- schafft eine unbeschwerte Atmosphäre.

Die Arbeit der Selbsthilfegruppen nimmt einen hohen Stellenwert ein.

Sie bietet einen festen Halt und ermöglicht den Austausch mit anderen berufstätigen Betroffenen oder Beratung in sozialrechtlichen Fragen.

Sie kann Anlaufstelle für die Familie sein. Beraten, unterstützen, Hilfestellung geben und "ein offenes Ohr" anbieten.

Sie schafft eine neue Möglichkeit Freizeit aktiv zu gestalten, neue Hobbys zu finden und Kontakte zu pflegen.

Beispielhaft möchte ich die Segeberger Selbsthilfegruppe aus Norddeutschland anführen, die sich engagiert und vorbildliche Projekte

schafft. Sei es ein Symposium mit dem Titel “Medizin trifft Kunst”, dass dazu einlädt sich künstlerisch auszuprobieren oder eine Theaterarbeit, die großamplitudige Bewegungen, Mimik- und Gestikarbeit sowie lautes gut artikuliertes Sprechen integriert, soziale Kontakte fördert und Hemmschwellen abbaut.

Projekte die Mut machen können und einen Weg aufzeigen, wie man der sozialen Isolation aktiv entgegen wirken kann.