

# Welt-Parkinson-Tag

Muhammad Ali war ein berühmter Boxer, der unter der Parkinson-Erkrankung litt. Auch bei Frank Elstner wurde die **Parkinsonsche Krankheit** diagnostiziert. 2019 gab er diese bekannt, spricht seitdem offen darüber und setzt sich für die Parkinson-Stiftung ein.

**D**ann zitter ich halt – so lautet der Titel des Buches über seine Parkinson-Erkrankung, das Frank Elstner zusammen mit dem Würzburger Neurologie-Professor Jens Volkmann über sein Leben mit der Schüttellähmung, wie die Krankheit auch im Volksmund genannt wird, geschrieben hat. Es beinhaltet Informationen über Symptome, Behandlungen und Perspektiven der Erkrankung und zeigt beispielhaft das Leben von Frank Elstner „trotz Parkinson“ auf. Nach der Alzheimer-Erkrankung ist Morbus Par-

kinson die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung. 400 000 Menschen sind in Deutschland betroffen, weltweit beträgt die Anzahl der Erkrankungen etwa 6,1 Millionen (Stand 2016).

Am 11. April findet der Welt-Parkinson-Tag statt, er soll auf die Erkrankung aufmerksam machen. Das Datum wurde ausgewählt, weil der britische Arzt James Parkinson, der die Symptome der Erkrankung 1817 erstmals beschrieb, an diesem Tag Geburtstag hatte. Parkinson bezeichnete die Krankheit als Schüttellähmung und beschrieb sie folgender-

maßen: „Unwillkürliche, zitternde Bewegungen, verbunden mit verminderter Muskelkraft, zeitweise selbst mit Unterstützung völlig unbeweglich; Neigung zu vornübergebeugter Körperhaltung mit Übergang von einer laufenden in eine vorwärtsrennende Bewegung; die Sinne und der Intellekt bleiben unbeeinflusst.“

## Welche Symptome treten auf?

Die Hände zittern, der Körper versteift sich und Betroffene sind häufig nur noch zu kleinen Trippelschritten in der Lage. Die Symptome von Morbus Parkinson entwickeln sich schleichend. Sie beginnen meist einseitig, nehmen immer weiter zu, sodass Betroffene in ihrer Selbstständigkeit beeinträchtigt sind. Sechzig Jahre nach der Beschreibung durch Parkinson hat der französische Neurologe Jean-Martin Charcot (1825–1893) in seinen Vorlesungen die notorischen Symptome der Erkrankung vorgestellt: Die Bewegungsarmut (Akinese), das Zittern (Tremor) sowie die Muskelsteifheit (Rigor) – auf diese Art und Weise äußert sich die typische Symptomatik von Parkinson-Patienten. Allerdings ist das Zittern nicht unbedingt ein deutliches Anzeichen für die Parkinsonsche Erkrankung, denn rund 30 Prozent der Erkrankten zittern gar nicht. Morbus Parkinson zählt (neben Alzheimer) zu den häufigsten Erkrankungen des zentralen Nervensystems und tritt meist zwischen dem fünften und achten Lebensjahrzehnt auf. Die ersten Anzeichen der Parkinson-Erkrankung erscheinen oft schon Jahre bevor sich die oben beschriebenen



© Astrid860 / iStock / Getty Images

Hauptsymptome bemerkbar machen. Hierzu zählen REM-Schlaf-Verhaltensstörungen, Riech- und Sehstörungen, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Probleme bei der Feinmotorik, Zitterigkeit, reduziertes Mitschwingen der Arme beim Gehen sowie Schmerzen in Muskeln und Gelenken.

**Mögliche Ursachen** Die Parkinson-Erkrankung gehört zu den chronischen, unheilbaren Krankheiten, die mit einem langsamen Verfall der Gehirnzellen im sogenannten Corpus striatum einhergeht, sodass die Bildung und Ausschüttung des Botenstoffs Dopamin nach und nach gedrosselt wird. Die Ursache für den Zelltod bei der Parkinson-Erkrankung ist noch nicht eindeutig geklärt. Als Auslöser für den neurodegenerativen Prozess werden Ablagerungen aus Verklumpungen des Eiweiß-Moleküls Alpha-Synuklein diskutiert. Der Corpus striatum ist unter anderem für das emotionale Erleben, die Motivation, das Lernen sowie für Bewegungen verantwortlich. Der fortschreitende Verlust der Nervenzellen hat im Fall der Parkinson-Erkrankung zur Folge, dass die Bewegungsfähigkeit immer weiter beeinträchtigt wird. Da der Botenstoff Dopamin an verschiedenen Funktionen beteiligt ist, können die Symptome der Erkrankung individuell ausfallen. Zwar gibt es noch keine Therapiemöglichkeit, die eine Heilung der Erkrankung erreicht, allerdings lässt sich das Leiden bei rechtzeitiger Medikation über viele Jahre beherrschen.

**Unterschiedliche Formen** Man differenziert zwischen verschiedenen Parkinson-Syndromen: In 75 Prozent der Fälle handelt es sich um ein idiopathisches Syndrom, also eine eigenständige Erkrankung ohne anderweitige Ursache. Das „sekundäre Parkinson-Syndrom“ wird durch Vergiftungen, Medikamente oder bestimmte Grunderkrankungen hervorgerufen, während das „atypische Parkinson-Syndrom“ als Folge von neurodegenerativen Erkrankungen auftritt.

### Medikation bei Morbus Parkinson

Die Wissenschaft hat in den letzten Jahrzehnten große Fortschritte gemacht, sodass es zahlreiche Möglichkeiten gibt, die Symptome zu lindern. Die Lebenserwartung Betroffener ist relativ normal, dennoch lässt sich das

anderen eine konkurrierende Substanz des Dopamins, das Glutamat, beeinflusst. Dieses gelangt durch das Safinamid nicht mehr zu bestimmten Nervenzellen im Gehirn, sodass die Wirkung des Dopamins gestärkt ist. Weitere Substanzen in der Par-

## Durch den Verfall von Gehirnzellen im Corpus striatum wird die Bildung von Dopamin gedrosselt.

Fortschreiten der Erkrankung nicht aufhalten. Es gibt verschiedene Medikamente, die bei der Parkinsonschen Erkrankung eingesetzt werden, um die Symptome über einen längeren Zeitraum zu lindern. Dabei besteht das Hauptziel darin, das fehlende Dopamin im Gehirn auszugleichen. Hierzu werden entweder Vorstufen des Dopamin-Moleküls oder synthetisch hergestelltes Dopamin eingesetzt. Auch Wirkstoffe, die verhindern, dass das Dopamin abgebaut wird, lindern die Beschwerden. Zu den Medikamenten zählen Dopamin/Levodopa (Vorstufe des Dopamins), Dopaminagonisten, Decarboxylase-Hemmer (Benserazid oder Carbidopa, die verhindern, dass L-Dopa durch ein körpereigenes Enzym zu schnell abgebaut wird) oder COMT-Hemmer (Catechol-O-Methyl-Transferase-Hemmer, zum Beispiel Entacapon, Opicapon oder Tolcapon). Letztere erhöhen die Menge an verfügbarem Dopamin im Gehirn, indem sie ein Enzym blockieren und den Dopaminabbau drosseln. Auch MAO-B-Hemmer legen die Arbeit eines Enzyms lahm, und zwar der Monoaminoxidase-B, welche ebenfalls das Dopamin abbauen würde. Beispiel hierfür ist der Wirkstoff Safinamid, der zum einen das MAO-B hemmt und die Wirkung von L-Dopa verlängert, zum

kinson-Therapie sind jene, die die Konzentration der Botenstoffe Glutamat und Acetylcholin, beide Gegenspieler des Dopamins, im Gehirn senken.

**Tipps für die Beratung** Raten Sie Kunden, die mit der Diagnose konfrontiert wurden, so lange es geht aktiv zu bleiben und den normalen Tagesablauf möglichst beizubehalten. Moderate Bewegung wie Joggen, Spaziergänge, Schwimmen oder Gymnastik verbessern die Mobilität und vermindern die Muskelsteifheit. Logopädie, Physio- und Ergotherapie helfen Parkinson-Patienten ebenfalls, mit ihrer Erkrankung besser zurechtzukommen. Es gibt auch verschiedene Alltagshelfer, wie etwa Strumpfanzieher oder Gegenstände mit dickeren Griffen, die das Leben mit Parkinson etwas erleichtern können. Auch der Austausch in Selbsthilfegruppen tut Kunden mit Parkinson gut, denn sie erfahren, dass sie mit ihrer Erkrankung nicht alleine sind. Für Angehörige ist eine professionelle Beratung sinnvoll, um mit den auftretenden psychosozialen Problemen fertig zu werden. ■

Martina Görz,  
PTA, M. Sc. Psychologie,  
Fachjournalistin