

Ihrer Parkinson-Diagnose tritt **Silvia** selbstbewusst entgegen

„Meine Krankheit kriegt eins auf die Nase!“

3x 50 € zu gewinnen!

Ein-spruch	Stadt in Gelderland (Niederlande)	chinin-haltiges Mineralwasser	ausgestorbener Feuerld.-Indianer
spanisch: Herr (vor Vornamen)			
Stadt in Thüringen	Europ. Weltraumorgan. (Abk.)		Adria-insel (Kroatien)
Gegen-spieler Luthers † 1543			
Perser-teppich	Auskunft (Kurz-wort)	Flächen-maß der Schweiz	Schaukel-reck
		Heil-getränk	
indischer Staats-mann † 1964			englisch: Mädchen
Hors d'oeuvre	dt. Bundes-präsident (Johannes) †	Furcht	
riskantes Manöver des Piloten	Jugend-licher (Kurz-wort)	Ausflug zu Pferd	ital. Kloster-bruder (Kurz-wort)
			isla-mischer Rechts-gelehrter
Post-sendung	Dreh-flügel am Hub-schrauber	Tanz-schritt (franz.)	india-nisches Pfeilgift
			kurz-ärmeliges Trikot-hemd
kleine Rechnung			kurz für: um das
haarart. Ober-fläche (Teppich)	rege, mobil, vital	Herzogin von York	
		Band-schleife	Wirkung, Aus-wirkung
Be-zwinger, Aggres-sor			Eichmaß, Maß-standard
not-dürftiger Ersatz	Land-streit-macht e. Staates	dick, breit	
			Naum-burger Domfigur
kurz für: Internet		Nacht-vogel	ältere Einheit der Energie
Hochfre-quenz-gleich-richter			
		Meeres-algen	
franz. Anrede an ein. Monarchen	1	2	3
			4
			5
			6
			7



Aktiv und kampfeslustig: Boxen ist für Silvia ein gutes Training – und macht zugleich den Kopf frei

Was ist Morbus Parkinson?
 Dabei handelt es sich um eine Erkrankung des Nervensystems, die bestimmte Teile des Gehirns betrifft. Nervenzellen, die den Botenstoff Dopamin produzieren, sterben aus bisher unbekanntem Gründen ab. Bewegungsstörungen gehören zu den typischen Symptomen, auch Verdauungs- oder Riechstörungen können auftreten. Eine Heilung ist zur Zeit noch nicht möglich. Parkinson lässt sich jedoch gut behandeln. Ärzte verordnen dopaminhaltige Medikamente und zusätzlich oft noch neuartige COMT-Hemmer, um die Wirkung zu verlängern.

Krank sein: Das traf die Berlinerinnen wie ein Schlag. Doch Aufgeben kommt gar nicht infrage: Mit Elan sagt die 55-Jährige ihrem Leiden den Kampf an

Zuerst war da das Zittern im Arm. Woher es kam, wusste jahrelang niemand. Erst als Silvia Buth eines Tages während der Arbeit völlig bewegungsunfähig war und ins Krankenhaus kam, stellten die Ärzte die Schockdiagnose: Parkinson!

Die Nachricht stellte ihr ganzes Leben auf den Kopf: „Bald war klar, dass ich nicht mehr arbeiten kann. Eins kam zum anderen, und schließlich folgte auch die Trennung von meinem Ehemann“, erzählt die 55-Jährige. Verwandte und

Freunde standen ihr in diesen schweren Zeiten zur Seite, bis heute: „Ich kann sie jederzeit anrufen“, sagt die Berlinerin.

Boxen trainiert den ganzen Körper

Und das ist auch gut so, denn Silvia können ohne jegliche Vorwarnung die Kräfte verlassen: Sturzgefahr ist ein häufiges Problem bei Parkinson. Mit ihrer Nachbarin, die unter ihr wohnt, hat Silvia Notfall-Signale ausgemacht, um bei einem Sturz Hilfe zu bekommen.



„Aber seitdem ich regelmäßig COMT-Hemmer nehme und boxe, sind mir keine Stürze mehr passiert“, freut sie sich. Zum Boxen kam Silvia Buth durch ihren Physiotherapeuten, der ihr den Sport empfahl. Dabei wird alles trainiert: Koordination, Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit – genau das Richtige für Silvia!

Seit 13 Jahren ist sie nun mit der Erkrankung konfrontiert. Mittlerweile hat sie akzeptiert, dass diese ein Teil ihres Lebens ist. Und Aufgeben oder sich Zurückziehen ist nicht

„Bewegung ist wichtig“, sagt Silvia. Regelmäßig radelt sie draußen und auf dem Heimtrainer

Silvias Sache. Im Gegenteil: In der Deutschen Parkinson-Vereinigung ist sie ehrenamtlich und für den Verein viel unterwegs. Aufklärung ist das Ziel, denn in Deutschland haben über 450.000 Menschen Parkinson. „Wir haben durch unsere Informationen schon erreicht, dass Neurologen schneller einen L-Dopa-Test einsetzen, um Parkinson zu diagnostizieren“, sagt Silvia stolz. „Je früher Parkinson erkannt wird, desto besser“.

Zusätzlich wird sie vom Verein als Koordinatorin für Jung-erkrankte eingesetzt. Die Mitstreiter sind ihr wichtig: „Manchmal kommen wir zusammen und verstehen uns auch ohne Reden. Dabei wissen wir um die Gefühle der anderen“, sagt sie. „Oder wir organisieren etwas Gemeinsames“. Die Unternehmungen helfen vor allem jenen, die sich aus dem Leben zurückgezogen haben. Die körperlichen Veränderungen oder Einschränkungen bringen dies mit sich: Vornübergebeugtes, kleinschrittiges Gehen, Stolpern und Stürze beeinträchtigen und verunsichern die Betroffenen ungemein.

Die Lebenslust ist ungebrochen

Die Aktivität für den Verein ist Silvia wichtig, genau wie ein lebendiges Privatleben: Die 55-Jährige ist kreativ, malt, bastelt und schneidert gerne. Regelmäßig trifft sie sich mit alten Arbeitskollegen, Freunden oder Verwandten. Erst vor einem Jahr ist sie in einen anderen Stadtteil gezogen. Dort hat sie schnell nachbarschaftliche Kontakte geknüpft und erobert ihre neue Umgebung am liebsten mit dem Rad. Silvia: „Der Parki soll nicht mein Leben bestimmen!“

Fotos: POYS/Marion Kaden (2)

Infos zur Teilnahme an unseren Gewinnspielen finden Sie auf Seite 52. Einsendeschluss ist Freitag, der 25. Januar 2019.