

## Parkinson

# Viele Betroffene in Selbsthilfegruppe in Eberswalde empfinden Scham wegen Nerven-Krankheit

**MOZ+** Durch Corona geraten viele andere Probleme aus dem Fokus, so auch eine Erkrankung, unter der vor allem Ältere leiden. Geschätzt sind alleine in Eberswalde mindestens 100 Menschen betroffen.

11. April 2021, 08:00 Uhr • Eberswalde  
Von **Peter Mertes**



Die Selbsthilfegruppe unternimmt normalerweise auch gemeinsame Ausflüge, wie hier zu einem Konzert im Kloster Chorin. Wegen Corona muss aktuell darauf verzichtet werden.

© Foto: privat

Nicht selten wollen sich Betroffene ihre Erkrankung nicht eingestehen, oft ist sie ihnen sogar peinlich. Im schlimmsten Fall werden sie auf der Straße mit Alkoholikern verwechselt, weil sie torkeln und nur wenig Kontrolle über ihre Muskeln haben. Der soziale Druck ist groß, dabei können die Betroffenen nichts für ihre Erkrankung.

Bei Parkinson sterben Nervenzellen ab, wodurch die Betroffenen Stück für Stück die Kontrolle über ihre Bewegungen verlieren.

## **Heftiges Zittern ist das bekannteste Symptom**

Das Zittern der Hände ist ein typisches Merkmal, mit dem eine Parkinson-Erkrankung in der Öffentlichkeit verbunden wird. Doch wenn dieses Symptom auftritt, ist die Krankheit schon weit fortgeschritten, erklärt Karin Zielke von der Parkinson-Selbsthilfegruppe in Eberswalde.

Dann seien bereits rund zwei Drittel des Gehirns betroffen. Parkinson könne schon zehn bis 15 Jahre im Körper sein, bevor die typischen Symptome auftreten. Dazu gehören neben dem Zittern auch eine Steifheit der Muskeln oder sogar eine zeitweise komplette Körperstarre.

## **Der Anfang der Erkrankung erscheint harmlos**

Die anfänglichen Symptome erscheinen dagegen harmlos, häufig beginnt Parkinson mit einer Störung des Geruchssinns. Zudem seien anhaltende Nackenprobleme und Unwohlsein typisch für das frühe Stadium, sagt Zielke. Diese Symptome sind aber ernst zu nehmen, denn auch wenn sich die Krankheit nicht heilen lässt, lässt sie sich durch frühzeitige Maßnahmen verlangsamen. Dazu zähle laut Zielke unter anderem eine punktgenaue Medikamentierung, aber auch Sport, um der Versteifung der Muskeln entgegenzuwirken. Die frühen Symptome würden sich Patienten jedoch häufig mit anderen Krankheiten erklären und sich eine mögliche Parkinson-Diagnose nicht eingestehen.

## **Parkinson-Betroffene gehören zur Risikogruppe**

Die fehlende Akzeptanz der eigenen Erkrankung zeigt sich auch in der Eberswalder Parkinson-Selbsthilfegruppe. Obwohl Zielke schätzt, dass es in der Stadt mindestens 100 Betroffene gibt, kommen zur Selbsthilfegruppe nur rund 25 Personen. Aufgrund der Corona-Regeln können die Treffen aktuell nur digital stattfinden. Menschen mit Parkinson zählen zur Risikogruppe und sollten Kontakte besonders stark einschränken.

Problematisch für die digitale Arbeit ist, dass vor allem ältere Menschen erkranken. Zielke sagt, dass nur gut ein Drittel der Gruppe die Online-Angebote wahrnehme.

## **Die Krankheit kann sehr unterschiedliche Verläufe nehmen**

Der Kontakt mit anderen Betroffenen ist für Parkinson-Erkrankte wichtig, um Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig Mut zu machen. Die Verläufe der Krankheit können ganz unterschiedlich sein, erklärt Zielke.

Es gebe Menschen, die 30 Jahre relativ normal ohne große Einschränkungen lebten, andere würden innerhalb von zwei Jahren nach Auftreten des Zitterns bettlägerig. Der schlimmste Fall soll aber nicht die Gedanken in der Gruppe bestimmen, viel mehr wollen die Teilnehmenden positiv in die Zukunft blicken.

## **Gemeinsame Treffen und Ausflüge machen Mut**

So werden unter anderem gemeinsame Tagesausflüge geplant, beispielsweise wurde 2020 eine Dampferfahrt und ein Ausflug in den Tierpark unternommen. Das sei ein Erfolgserlebnis für die Teilnehmer, schließlich sei es gerade für die Älteren eine Herausforderung, einen solchen Tag überhaupt zu packen, sagt Zielke.

Generell wollen sich die Teilnehmenden der Selbsthilfegruppe durch den Austausch nicht nur Mut machen, sondern ebenso einander helfen, mit der Erkrankung besser umgehen zu können. Denn schämen muss sich dafür niemand.

### **Wodurch wird Parkinson verursacht?**

Bei einer Parkinson-Erkrankung sterben im Gehirn Nervenzellen ab. Ursache dafür ist, dass im Gehirn zu wenig vom Botenstoff Dopamin vorhanden ist, dafür jedoch häufig zu viel anderer Botenstoffe. Hierdurch erhalten die Muskeln nicht immer die richtigen Bewegungssignale. Aufgrund der falschen Balance von Botenstoffen können zudem psychische Probleme entstehen. Meist beginnt Parkinson zwischen dem 50. und 80. Lebensjahr. In Deutschland sind aktuell knapp 400.000 Menschen daran erkrankt. In rund drei Viertel der Fälle können Ärzte keine direkte Ursache für die Erkrankung feststellen, in einigen Fällen können aber auch Umwelteinflüsse oder genetische Faktoren verantwortlich sein.

Betroffene finden unter anderem in der Deutschen Parkinson Vereinigung (dpv) Hilfe. Der Verein betreibt deutschlandweit Selbsthilfegruppe, so auch in Eberswalde.