

Möglichkeiten und Ziele der Rehabilitation bei Parkinson

Heiner Brunnschweiler

Stv. Chefarzt, Reha Rheinfelden

Assoziierter Arzt, Neurologische Klinik,
Universitätsspital Basel

Rheinfelden, 22. Oktober 2015

Rehabilitation (WHO-Definition, 1981)

«Der **koordinierte** Einsatz medizinischer, sozialer, beruflicher, pädagogischer und technischer Massnahmen auf das **physische** und **soziale Umfeld** zur Funktionsverbesserung zum Erreichen einer **grösstmöglichen Eigenaktivität** zur weitestgehenden Partizipation in allen Lebensbereichen, damit der Betroffene in seiner Lebensgestaltung so frei wie möglich wird.»

Rehabilitation

- **Wiedererlangung vorteilhafter Eigenschaften**
 - Restitution (Wiedererlangung)
 - Kompensation (Ersatz)
 - Adaption (Anpassung an Bedürfnisse)

- **Koordinierte Teamarbeit** zwischen
 - Betroffene, Angehörige, soziales Umfeld
 - Fachdisziplinen: Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Sozialdienst, Pflege, Medizinalpersonen (Hausärzte, Spezialisten, andere)

- ambulant / stationär

Physiotherapie

- Behandlung motorischer Probleme, Schmerz

Ergotherapie

- Alltagsaktivitäten
- Handfunktion
- Hirnfunktionen (zusätzlich auch Neuropsychologie)
- Umfeld (Heim, Arbeit, Freizeit)

Logopädie

- Sprechen, Sprache
- Schlucken
- Speichel-Probleme

Sozialdienst

- Betreuung (Spitex, Mahlzeitendienst, Haushalt)
- Beruf
- Versicherungsfragen

Pflege

- Grundpflege
- Reha-Pflege
- Medikamentenabgabe und Kontrolle

Ärzte

- Diagnostik
- Koordination Therapien
- Information

Beispiele für stationäre Rehabilitation bei Parkinson

- Intensive, multidisziplinäre Behandlung
- Medikamenten-Anpassung
- Frühphase nach operativem Eingriff
(tiefe Hirnstimulation)

Möglichkeiten & Ziele der Rehabilitation bei Parkinson

Physiotherapeutische Aspekte

Nadine Binder, Physiotherapeutin

Inhalte

- Von der Befundaufnahme zur Therapie
- Häufige Probleme bei Parkinson
- Ziele & Therapiemöglichkeiten der Physiotherapie
- Praktischer Teil
- Strategien bei Gangblockaden & Gehtraining
- Physio- & Musiktherapie

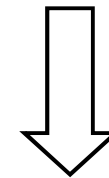
Befundaufnahme → Therapie

- Befunderhebung → Problemanalyse und gemeinsame, individuelle Zielsetzung beim Erstkontakt
- Therapie baut auf Ressourcen auf
- Auswahl der Therapieverfahren
- Durchführung Assessment

Häufige Probleme bei Parkinson

- Verlust der Haltung und Aufrichtung
- Gleichgewichtsstörungen und Sturzgefahr
- Bewegungsblockaden/Freezing
- Muskelsteifheit
- Verlangsamte Bewegungen
- Kleineres Bewegungsausmass bis zur Bewegungslosigkeit
- Kleinschrittiges Gangbild

Auswirkungen im
Alltag

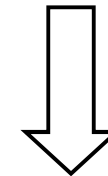


Verminderte
Selbständigkeit
und Mobilität
Erhöhter Zeitbedarf

Verlust von Haltung und Aufrichtung

- Abschwächung der Aufrichtemuskulatur
- Verkürzung/erhöhte Spannung der Beugemuskulatur
- Vorgebeugte Haltung oder Seitwärtsneigung

Eingeschränkte
Beweglichkeit

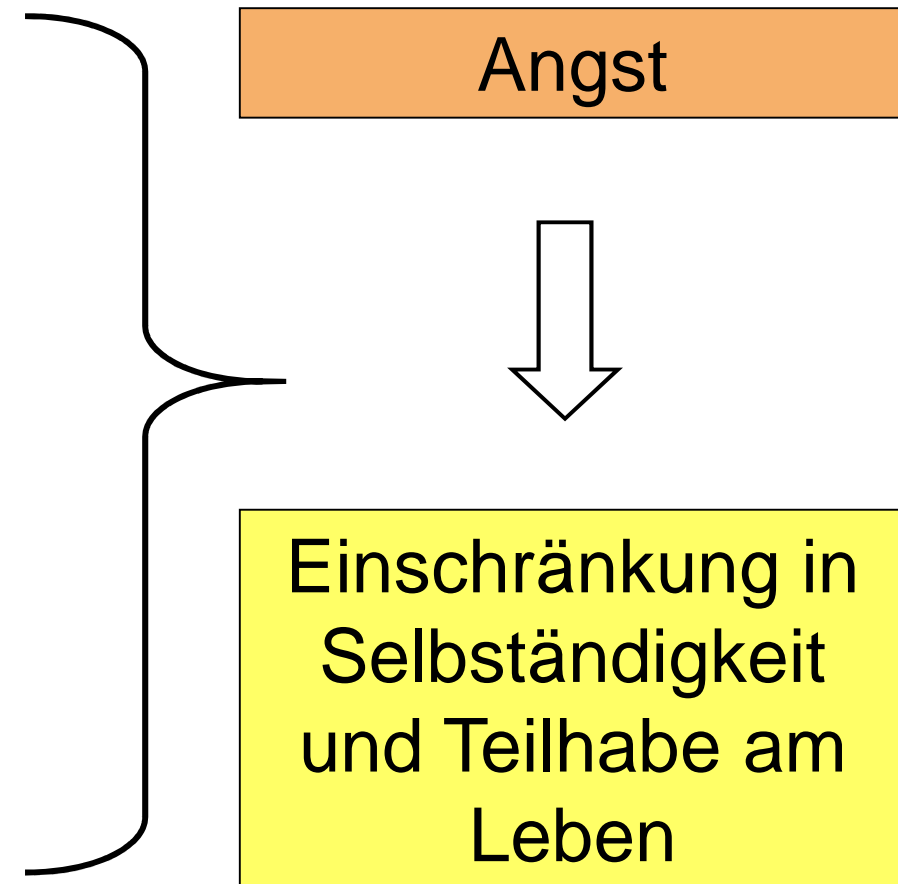


Eingeschränkte
Alltagsaktivitäten

Sturzgefahr

Gleichgewichtsstörungen & Sturzgefahr

- Unsicherheit bei Haltung und Bewegung
- Verminderte Gleichgewichts- und Schutzreaktionen
- Nach dem Sturz → Verletzungen und somit vermehrte Immobilität



Ziele der Physiotherapie

- Verbesserung der Beweglichkeit
- Aufrichtung erarbeiten, Verbesserung der Haltung und Haltungskontrolle
- Gleichgewicht verbessern
- Sichere Bewegungsabläufe erarbeiten
- Gangsicherheit erarbeiten
- Sicherheit & Selbstständigkeit im Alltag

Therapiemöglichkeiten

- Gelenke mobilisieren
- Dehnung verkürzter Muskeln
- Aufrichtung der Wirbelsäule erarbeiten
- Kräftigung der Haltemuskulatur der Wirbelsäule
- Gleichgewichtstraining, Schutzschritte trainieren
- Schriftliches Übungsprogramm erstellen
- Sichere Bewegungsabläufe erarbeiten

Therapiemöglichkeiten

- Hilfsmittelanpassung/-abgabe
- Anpassungen des Wohnraumes
- Kontakt mit Selbsthilfegruppen empfehlen

Therapie bei Gangblockaden

- automatische Bewegung unterbrechen und Willkür als Strategie einsetzen
- Bewegung in Einzelsequenzen zerlegen

- Aufstampfen/Marschieren an Ort
- Zählstrategie
- Gewichtsverlagerungen
- Rhythmische Kommandos, Metronom, Musik
Händeklatschen

Therapie bei Gangblockaden

- Bein stellen lassen/über Gegenstand steigen
- Anti-Freezing-Stock
- Klebestreifen anbringen
- Fixieren eines Punktes
- Sich Bewegung vorstellen

→ Individuell ausprobieren und üben!

Gehtraining

- Engpässe, Türen, Lift
- Stop and go
- Drehungen, Wenden
- Rückwärts gehen
- Gehen auf unebenen Flächen
- Parcours, Hindernisse
- Laufbandtraining
- Nordic Walking

Physio- und Musiktherapie

- Wechselwirkung von Musik und Bewegungen
- Musik als Verstärker und als Trainingsstimulus
- Motivation und Freude