

DER Heilpraktiker

Fachzeitschrift für Natur- und Erfahrungsheilkunde

Mai
2024
91. Jahrgang

Nervensystem regulieren Manuelle Therapie



Offizielles Organ





Leben mit Parkinson: Über eine nach wie vor unheilbare Krankheit

Aus der Sicht eines Angehörigen und einer Ärztin, in deren Klinik nach einem besonderen Ansatz gearbeitet wird – mit Erfolg, wie erste Studien belegen

Parkinson gibt es in verschiedenen Ausprägungen und mit unterschiedlichen Folgeerkrankungen. Ein prominentes Beispiel ist Frank Elsner. Der Moderator erhielt vor einigen Jahren die Diagnose. In einer TV-Reportage für den SWR vor zwei Jahren gewährte er dem Kamerateam einen Blick in den Alltag, den er seitdem lebt. Neben der klassischen Behandlung sorgt der Moderator u. a. durch regelmäßige Bewegung, in Form von Spaziergängen, und einem speziell auf die Erkrankung abgestimmten Sporttraining plus Physiotherapie, dafür, seine Körperfunktionen so gut wie möglich zu erhalten. Bisher gelingt ihm das – auch was den Verlauf der Krankheit angeht, wie er berichtet.

Das Beispiel zeigt, dass man, auch wenn man mit solch einer Diagnose konfrontiert ist, die Möglichkeit hat (v. a. in einem frühen Stadium), neben der Medikamenteneinnahme und ärztlichen Behandlung, selbst etwas zu tun, um den Verlauf günstig zu beeinflussen. Wie das noch gelingen kann, zeigt der therapeutische Ansatz aus dem Evangelischen Krankenhaus Hattingen, bei dem Schul- und Komplementärmedizin kombiniert werden. Mit nachweisbar guten Erfolgen. Manchmal sind jedoch leider auch die Folgeerkrankungen von Parkinson im Verlauf zu schwer. Dann hilft irgendwann schlimms-

tenfalls keine Therapie mehr. Einen kleinen Einblick, was das für Betroffene und Angehörige bedeuten kann, zeigt die nachfolgende Geschichte von Familie N..

Einblick in ein Familienleben mit Parkinson

2004, mit gerade einmal 56 Jahren, erhielt die 2019 verstorbene Mutter von Timo N. (Name geändert) die Diagnose Parkinson. Es erwischte sie zu einer Zeit, als ihre Kinder bereits erwachsen waren und sie noch voll im Berufsleben stand. „Zunächst war dann da erst mal ein großer Schock bei ihr und uns“, erinnert sich Timo N.. Nachdem sich dieser nach ein paar Wochen gelegt hatte, entschied sich seine Mutter, Sabrina N. (Name ebenfalls geändert), für einen offenen Umgang ihrem Umfeld und Arbeitgeber gegenüber. „Sie war erleichtert, nachdem sie es erzählt hatte. Die meisten Freunde reagierten auch gut darauf. Der Arbeitgeber jedoch nicht. Er kündigte meiner Mutter“.

Was zunächst ein neuer Schock war, erwies sich nach einer Weile jedoch als Glück im Unglück, denn Sabrina N. war noch symptomfrei und konnte so ihre neu gewonnene Zeit z. B. für Reisen mit ihrem Mann nutzen. „Der Job hat sie oft sehr gestresst, so dass sie erstmal

runterkommen konnte.“ Ihr Mann war zu der Zeit beruflich sicher aufgestellt, so dass das Paar nicht auf das zweite Einkommen angewiesen war. Ihre Zeit wollte Sabrina N. jedoch auch sonst sinnvoll nutzen. Sie fand dafür eine ehrenamtliche Tätigkeit als grüne Dame in einem Krankenhaus, die sie einige Jahre gerne ausübte. Die Erkrankung rückte so sogar in den Hintergrund. „2012 konnte meine Mutter noch auf meiner Hochzeit tanzen“,

Morbus Parkinson

ist eine Erkrankung des degenerativen Nervensystems. Dopaminerge Nervenzellen gehen dabei im Mittelhirn, genauer in der Substantia nigra, zugrunde. Häufig liegt das Erkrankungsalter bei ca. 60 Jahren. Aber auch jüngeren Menschen können daran erkranken. Typisch ist das Auftreten des Symptomtrias Tremor, Rigor und Akinese. Es handelt um eine der häufigsten neurologischen Erkrankungen. In rund 10 % der Fälle entwickelt sich im Verlauf eine Demenz [1]. Das gängige Medikament L-Dopa kann die Symptome lindern und den Verlauf verlangsamen. An Parkinson stirbt man nicht. Die Folgeerkrankungen können jedoch tödlich verlaufen.



Abb. 1: Schulmedizin wird im Evangelischen Krankenhaus Hattingen mit Ayurveda-Therapie kombiniert.

erzählt Timo N., „danach kamen leider die Symptome sowie Nebenwirkungen durch das Medikament, etwa eine Überbewegung.“ Sabrina N. setzte auf eine schulmedizinische Therapie und traf dabei auf engagierte Ärzte. Neben dem klassischen L-Dopa, welches als Vorläufersubstanz verschiedener biologischer Stoffe, u. a. des Dopamins, dient, probierte sie weitere Medikamente und Behandlungen aus. Dafür war sie auch in mehreren Kliniken.

Leider schritt die Erkrankung jedoch immer weiter fort und Sabrina N. entwickelte als Nebenwirkung auch wahnhafte Gedanken. Somit ließ sich der angedachte Einsatz eines Gehirnschrittmachers, um die Symptome zu lindern und den Verlauf zu verlangsamen, nicht mehr umsetzen. „Das große Bemühen der Ärzte um meine Mutter hat uns in der Zeit geholfen und auch Mut gemacht. Ihr niedergelassener Neurologe ging etwa auf jede neue Situation sehr einfühlsam ein“, so Timo N. Sein Vater hatte unterdessen die umfangreiche und zeitintensive Pflege seiner Frau übernommen. „Ich ziehe den Hut davor, dass mein Vater das wie selbstverständlich übernommen hat. Nach sieben Jahren mit fast normaler Lebensqualität folgten nun acht harte Jahre. Für meine Eltern sowie das nahe Umfeld.“

Ihr Mann wollte Sabrina N. trotz des immer größer werdenden Bedarfs nicht in eine Pflegeeinrichtung geben. Lediglich ein ambulanter Pflegedienst unterstützte das Ehepaar im Alltag. Die letzten Jahre ihres Lebens saß Sabrina N. im Rollstuhl. Ihre Mimik, Stimme und Aussprache verschlechterten sich ebenfalls immer mehr. Zum Schluss konnte sie gar nicht mehr sprechen und entwickelte zudem eine Demenz. Diese fordernde Zeit gingen jedoch auch an ihrem Mann nicht spurlos vorüber: „Mein Vater erkrankte im Laufe der Zeit selbst an einer akuten Leukämie und musste sich u. a. einer Chemotherapie unterziehen. Ich bin sehr froh, dass er diese überwunden hat und heute noch lebt“, berichtet der Sohn.

Als sich der Zustand seiner Mutter schließlich so weit verschlechterte, dass sein Vater die Pflege nicht mehr leisten konnte, wurde sie für die letzten Wochen in ein Hospiz verlegt. „Sie erlitt mehrere zunächst unbemerkte Schlaganfälle. Ich bin froh, dass sie dort dann letzten Endes ruhig und friedlich einschlafen durfte“, schließt Timo N.. Sein Vater nimmt nach den intensiven Jahren der Pflege und der Begleitung seiner Frau mittlerweile wieder aktiv am Leben teil, trifft z. B. Freunde und verreist gerne.

Auf die Frage, was Timo N. in den letzten Lebensjahren seiner Mutter gefehlt hat, antwortet er: „Mehr Pflegemöglichkeiten für zu Hause und auch mehr Unterstützungsangebote für Angehörige. Da sehe ich noch Luft nach oben.“ Und auch, wenn der Arbeitgeber von Sabrina N. sich so ungünstig verhalten hat, kann ihr Sohn Menschen in ähnlichen Situationen einen offenen Umgang damit empfehlen. „Es entlastet und irgendwann wird die Krankheit sowieso sichtbar“, begründet er. Ebenso bewährt hat sich für die Familie, sich mit den verschiedenen medizinischen Möglichkeiten zu befassen, zumal sich diese immer weiterentwickeln. Und zu guter Letzt: „Die Zeit so gut und passend wie möglich verbringen und nutzen“.

Parkinson ganzheitlich behandeln

„Wir erhalten Anfragen aus ganz Deutschland und sogar aus dem Ausland“, berichtet Dr. Sandra Szymanski, Leitende Ärztin der Klinik für Neurologie und Komplementärmedizin im Evangelischen Krankenhaus Hattingen. Die Abteilung arbeitet auch nach einem besonderen Ansatz: Sie kombiniert seit 15 Jahren klassische Schulmedizin mit Komplementärmedizin, speziell der Ayurveda-Therapie.

D. h. die Patienten werden nicht nur symptomatisch behandelt, sondern die Therapie umfasst den gesamten Lebensstil. „Yoga gehört dabei ebenso zu unserem Angebot als auch eine individuell auf den jeweiligen Patienten abgestimmte ayurvedische Ernährung“, so Sandra Szymanski, „spezielle Kräuter und Gewürze werden ebenfalls eingesetzt. Wir richten uns dabei nach den indischen Lehren.“ In Deutschland ist der Begriff „Ayurveda“ nicht geschützt. Daher wurden eigens indische Ärzte, die Ayurveda-Medizin an staatlichen Einrichtungen in Kerala studiert haben, eingestellt.

Mitarbeitende der Klinik nehmen auch z. B. am europäischen und Welt-Ayurveda-Kongress in Indien teil, um ebenfalls auf dem ak-



© Evangelisches Krankenhaus Höttingen

Abb. 2: Dr. Sandra Szymanski und ihr Team behandeln Parkinson-Patienten bereits seit 15 Jahren erfolgreich mit Schulmedizin und Ayurveda-Therapie.

tuellen Wissenstand zu sein. Zudem gibt es eine Kooperation mit der indischen Regierung und wissenschaftlichen Institutionen, die die Ayurveda-Heilkunst wieder stärker beleben will.

Beide Richtungen, also Schul- und Komplementärmedizin, lassen sich gut miteinander kombinieren. Manch andere Richtungen, wie die Alternativmedizin, lassen sich nicht immer wechselwirkungsfrei mit der Schulmedizin kombinieren. Daher fiel die Wahl des Teams, als das neue Konzept 2008/ 09 erstellt wurde, auch auf die traditionelle indische Heilkunst. Man wollte über den europäischen Tellerrand schauen und hat daher recherchiert, wo es das älteste Heilkunst-Konzept der Welt gibt. Das war dann Indien. Dort haben auch das mittlerweile in Europa fest etablierte Yoga sowie Meditation ihre Wurzeln. „Unser Team hat nun aus diesen beiden Welten das Beste für die Patienten vereint“, so Szymanski.

Viele Menschen verbinden Ayurveda zunächst mit Wellness. Es ist jedoch ein medizinisches System. Und dieses schaut vor allem auch immer nach der Ursächlichkeit einer Erkrankung, während in der klassischen Schulmedizin das Symptom im Vordergrund steht. Es geht beim Ayurveda um Bio-Energien, die sogenannten Doshas. Wenn diese im Einklang sind, führen sie zu ganzheitlicher Harmonie und ausgeglichener Energie. Der Mensch ist dann gesund. Durch Ayurveda kann man diese Energie auch wieder stärken. Bei Parkinson ist bekannt, dass die betroffenen Menschen an einem Dopamin-Mangel leiden. Daher erhalten sie auch entsprechende Medikamente (wie L-Dopa), um diesen auszugleichen. Wie bereits erwähnt, kann die Krankheit dadurch nicht geheilt, aber die Symptome zumeist gelindert wer-

den. Durch den Lebensstil, der mit der Heilkunst einhergeht, beeinflusst man die Faktoren zusätzlich positiv.

Dazu zählen neben der Ernährung und Yoga auch Meditation, Atemübungen sowie regelmäßiger und ausreichend langer Schlaf. „Die Menschen müssen natürlich dazu bereit sein, ihr Leben dahingehend zu verändern. Wir erleben es aber so, dass unsere Patienten immer selbstwirksamer werden. Sie verlassen sich nicht mehr nur auf das, was die Ärzte ihnen an Therapien verordnen, sondern wollen selbst wissen, wie sie den Verlauf ihrer Erkrankung günstig beeinflussen können“, berichtet die Ärztin. Das interdisziplinäre Team der Neurologie wird noch durch Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden und Psychologen, die Gespräche mit den Patienten führen, ergänzt. Wichtig ist, dass mit der Behandlung so früh wie möglich begonnen wird. Sie ist bei Parkinsonpatienten im Rahmen der durchgeführten Komplexbehandlungen ohne Zusatzkosten durch die Krankenkasse abgedeckt.

Der Erfolg gibt dem Team der Klinik recht: Die Symptome lassen sich durch die kombinierte Therapie oftmals besser reduzieren und auch berichten die Patienten von einer allgemeinen Verbesserung ihrer Lebensqualität. Durch die Ernährung hat sich sogar nachweislich ihr Mikrobiom im Darm wieder in günstigen Bahnen entwickeln können. Und durch das regelmäßige Yoga, Atemübungen und Meditation fühlen sie sich häufig entspannter. Sogar die Dosierung des Medikaments L-Dopa lässt sich durch die kombinierte Therapie zum Teil verringern. Diese günstigen Effekte belegen nun auch erste Studien der Klinik, so dass diese das Konzept nach und nach auch auf andere Fachbereiche ausweiten möchte.

Fazit

Die Geschichte von Sabrina N. zu Beginn des Artikels zeigt einen schweren Parkinson-Verlauf. Und auch, wie plötzlich und heftig – nach Jahren mit wenig bis keinen Symptomen – die Erkrankung mit ihren Nebenwirkungen und Folgeerkrankungen zuschlagen kann. Leider ist sie auch nach langer Forschung (noch) nicht heilbar. Umso bemerkenswerter ist der Ansatz des Evangelischen Krankenhauses Höttingen, welches zwei Heilsysteme mit nachweislichem Erfolg miteinander verbindet. Bleibt zu hoffen, dass die Erfolge der Klinik sowie vergleichbare Ansätze und Konzepte auch zu mehr Offenheit und Zusammenarbeit im Gesundheitswesen führen. Letzen Endes gibt es bereits so viel wertvolles Wissen in der Welt, wel-



© Evangelisches Krankenhaus Höttingen

Abb. 3: Ayurveda ist die älteste Heilkunst der Welt und umfasst den gesamten Lebensstil.

ches sich sicher auch bei anderen Erkrankungen sinnvoll miteinander verbinden lässt.

Vanessa Kämper

Keywords: Ayurveda, Ernährung, Morbus Parkinson, Yoga

Literatur

- [1] Ofenstein, C. M. Lehrbuch Heilpraktiker für Psychotherapie. Elsevier 2021; 318 – 319.



Vanessa Kämper

Vanessa Kämper hat nach ihrem abgeschlossenen geisteswissenschaftlichen Studium lange Jahre in der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, viele davon im Gesundheitswesen, gearbeitet. Ihr großes Interesse an Persönlichkeitsentwicklung machte sie schließlich ab 2020 nach und nach zu ihrer Berufung. Seit 2023 ist sie nun u. a. als freie Redakteurin sowie als Heilpraktikerin für Psychotherapie mit den Schwerpunkten Gestalt- und Gesprächstherapie, Hypnose und EMDR freiberuflich tätig.

Kontakt:

Vanessa Kämper
www.gefuehlssprechstunde.de
kontakt@gefuehlssprechstunde.de