



ARBEITEN MIT MORBUS PARKINSON

TIPPS UND INFORMATIONEN FÜR DEN BERUFSALLTAG

Morbus Parkinson – oder auch das Parkinson-Syndrom – ist eine der bekanntesten und häufigsten Erkrankungen des Nervensystems. Ihren Namen verdankt sie dem britischen Arzt James Parkinson, der im Jahr 1817 die typischen Symptome der Erkrankung zum ersten Mal ausführlich beschrieb. Mehr als 15'000 Menschen in der Schweiz leiden an Parkinson; häufig wird die Diagnose zwischen dem 50. und 60. Altersjahr gestellt. Doch es gibt auch in jüngeren Jahren Erkrankte (5–10 % jünger als 40 Jahre oder selten unter dem 21. Lebensjahr, was als juvenile Parkinson-Erkrankung gilt).

Bei Parkinson kommt es einerseits zum Absterben von Gehirnzellen, die den Botenstoff Dopamin produzieren. Der Dopaminmangel im Mittelhirn führt zu verschiedenen Störungen der Motorik. Diese können mit Medikamenten gut behandelt werden. Andererseits sterben schon früh auch in anderen Regionen des Gehirns Nervenzellen ab. Dies führt zu vielfältigen und zunehmend belastenden Symptomen. Für diese Symptome sind die Behandlungsmöglichkeiten eingeschränkt. Wie schnell Parkinson voranschreitet und in welcher Ausprägung sich die Symptome zeigen, ist bei jedem Betroffenen individuell.

Etwa 75 Prozent aller Parkinson-Patientinnen und -Patienten haben die primäre, idiopathische Krankheitsform. Die restlichen 25 Prozent der Erkrankungen werden wie folgt eingeteilt:

- *genetisches Parkinson-Syndrom*: die Veranlagung für die Krankheit ist vererbt und sie tritt häufig vor dem 40. Lebensjahr auf;
- *sekundäres Parkinson-Syndrom*: eine andere Vorerkrankung oder Umwelteinflüsse sind die Auslöser. Personen mit einem atypischen Parkinson-Syndrom leiden an einer anderen neurodegenerativen Erkrankung, bei der sich Eiweisse ablagern und Nervenzellen absterben. Dazu zählen beispielsweise auch die Lewy-Körperchen-Erkrankung (Demenzform), eine Multisystem-Atrophie oder eine progressive supranukleäre Paralyse.

Ursachen

Die Ursache von Morbus Parkinson ist nach wie vor nicht bekannt. WissenschaftlerInnen gehen davon aus, dass ein unglückliches Zusammenspiel von genetischen Besonderheiten, Umweltfaktoren und Alter letztendlich den krankmachenden Prozess im Körper eines Betroffenen, einer Betroffenen auslöst.

Aus diesem Grund bezeichnet man diese primäre Form des Parkinsons-Syndroms auch als «idiopathisch» – das heisst ohne fassbare Ursache.

Beeinträchtigung

Bei Parkinson zeigen sich früher oder später auffällige Symptome, die auch dem Umfeld nicht verborgen bleiben. Sie treten meist noch nicht zu Beginn der Erkrankung auf, und sie können unterschiedlich stark ausgeprägt sein. Zum einen kennzeichnet die **Akinesie** (auch Bradykinesie oder Hypokinesie genannt) eine Verlangsamung und Verarmung von Bewegungen. Betroffene brauchen deutlich länger, um Knöpfe zu öffnen oder für das Kämmen. Die Schritte werden langsamer und kleiner. Unter **Rigor** versteht man eine Versteifung der Muskulatur und bei einem **Tremor** kommt es oft zum Zittern, obwohl Arme oder Beine ruhig aufliegen. Nicht jede erkrankte Person ist jedoch davon betroffen. Möglicherweise führt Parkinson dazu, das Gleichgewicht zu verlieren. Die Stellreflexe, die uns aufrecht halten, wenn wir stehen, sind vermindert. Zudem können weitere nicht-motorische Symptome auftreten, wie Tagesschläfrigkeit, Verstopfung oder Blasenschwäche, Geruchs- und Gedächtnisstörungen, Schluck- und Sprechstörungen sowie Ängstlichkeit und depressive Verstimmungen.

Je nach Gesundheitszustand und Tätigkeit ist arbeiten möglich. Jeder Parkinsonverlauf ist anders. Entscheidend ist zudem auch das Alter beim Auftritt der Erkrankung.

Mögliche Folgen für den Umgang

Wenn nach einem langen Abklärungsprozess die Diagnose endlich vorliegt, herrscht häufig Erleichterung und eine Verschnaufpause. Manchmal merken ArbeitskollegInnen und der/die Chef/in bereits vorher, dass etwas nicht stimmt (unsicherer Gang, zitternde Hand). Die Mitteilung über die Diagnose überrascht deshalb häufig wenig. Es ist trotzdem wichtig, dass der/die Vorgesetzte bald darüber informiert wird. Neuerkrankte sind manchmal aus Angst oder Scham mit den Informationen zurückhaltend. Es gilt aber zu bedenken, dass ein Team im Allgemeinen mit einer offenen Kommunikation besser umgehen kann als mit dem Verschweigen augenscheinlicher Tatsachen. Parkinson verändert in unterschiedlichem Ausmass und Tempo beruflich benötigte Kompetenzen. Betroffen sind etwas die Stresstoleranz, die Konzentration, die Souveränität im Auftritt vor Publikum je nach individuellem Verlauf. Motorisch kann es eine Verlangsamung geben bei Gesten, Mimik, Bewegungen und Sprechen. Die Stimme trägt speziell bei Stress nicht mehr, Gehschwierigkeiten und Zittern können auftreten.

Fördernde Faktoren

- Beizug Umfeld, Fachorganisationen
- Ständiger Wissenserwerb zu Parkinson
- Verständnis für den/die Erkrankte/n
- Angepasstes Tätigkeitsgebiet
- Offene, ressourcenorientierte Kommunikation
- empathische Vertrauensperson
- klare Regelung der Stellvertretung

Warnzeichen für einen Rückfall bzw. eine Verschlechterung sind:

- Zusätzliche Erkrankungen in entsprechenden Stadien (spätes Stadium: alltägliche Aktivitäten werden immer herausfordernder)
- Verschlimmern der Symptome
- Kognitive Veränderungen

Je nach Tätigkeitsbereich sollten mittelfristig Arbeitsplatz erleichterungen in Erwägung gezogen werden. Selbstverständlich immer in Absprache mit dem/der Betroffenen und dem Team. Parkinson Schweiz schreibt in ihrem Infoschreiben zum Thema Arbeitsumfeld, dass es erstaunlich sei, wie erfinderisch manche Verantwortliche beim Finden von Lösungen sein können, sofern der Wille dazu da ist.

Tipps für den Arbeitsalltag

Eine offene, tolerante und wertschätzende Unternehmenskultur, die alle Mitarbeitenden mit und ohne Handicap so akzeptiert wie sie sind, hat einen positiven Effekt auf die Belegschaft, die Innovationskraft und den Unternehmenserfolg.

Belastende Faktoren

- zu langes Nichtinformieren, obwohl das Umfeld bereits Vermutungen anstellt
- Angst, nicht mehr die Leistung zu erbringen
- Tagesschläfrigkeit, depressive Verstimmung
- Tuscheln und Vermutungen der KollegInnen
- Zusätzliche Symptome, mehr Absenzen
- Unpassende Rahmenbedingungen

Weitere Infos / Fachorganisationen

- www.parkinson.ch, Beratung Parkinson Schweiz, Tel. 043 277 20 77, gratis

Stiftung Profil – Arbeit und Handicap

Die FachberaterInnen der Stiftung Profil – Arbeit & Handicap unterstützen Betroffene, Arbeitgeber und Auftraggeber bei allen Themen rund um Beeinträchtigung, Ausbildung und Arbeit. Melden Sie sich bei uns, wenn Sie Fragen haben!

Telefon 058 775 20 20, info@profil.ch, www.profil.ch

