

PfiFf-Themenblatt Nr. 3a

Psychische Begleiterscheinungen bei Parkinson

(Diese Informationen ersetzen nicht die Beratung durch Ihre Ärztin/Ihren Arzt)

Was bedeuten psychische Veränderungen bei Parkinson?

Die Diagnose Parkinson ändert nicht nur das Leben der Betroffenen, sondern auch das der Familie und Freunde.

Krankheitsbedingte und/oder medikamentös ausgelöste psychische Beschwerden spielen dabei eine immer größere Bedeutung. Mit steigender Lebenserwartung werden sie immer häufiger und länger wahrgenommen. Psychische Auffälligkeiten sind mögliche Begleitsymptome der Parkinson-Erkrankung, die den motorischen Störungen teilweise sogar vorausgehen können. Bei über der Hälfte der Betroffenen muss mit psychischen Beschwerden gerechnet werden. Extreme Verhaltensänderungen, die u.a. durch eine ungünstige Dosierung der Medikamente verursacht werden können, sollen hier nicht besprochen werden, müssen aber unbedingt mit der Ärztin/dem Arzt erläutert werden, da sie in den meisten Fällen beeinflussbar sind.

Was sind die typischen psychischen Veränderungen?

- Depression (auch als Reaktion auf die Diagnose)
- Halluzinationen

Was sind Depressionen und wie wirken sich diese aus?

Rund 40 % der Menschen mit Parkinson leiden an depressiven Symptomen. Eine Depression ist dann gekennzeichnet von mindestens zwei Wochen mit anhaltenden Zuständen von Traurigkeit, Rückzugsverhalten und Antriebsminderung. Die Symptome werden durch ein Ungleichgewicht körpereigener Botenstoffe verursacht. Allerdings muss auch berücksichtigt werden, dass die Abnahme der Beweglichkeit der Gesichtsmuskulatur (Verarmung der Mimik – Maskengesicht) und die verlangsamten Körperbewegungen eine depressive Stimmungslage vortäuschen können bzw. eine Depression auch als zusätzliche eigenständige Krankheit auftreten kann. Eine zeitweise auftretende Niedergeschlagenheit kann aber auch eine Reaktion auf die Erkrankung an sich sein.

Was sind Halluzinationen?

Durch die Parkinson-Krankheit können die Betroffenen auch an Halluzinationen leiden. Das bedeutet, dass Dinge wahrgenommen werden, die in der Realität nicht vorhanden sind.

Grundsätzlich können Halluzinationen alle Sinnesbereiche betreffen. Man unterscheidet:

- akustische Halluzination – betrifft das Hören (Stimmen, Geräusche werden gehört)
- optische Halluzination – betrifft das Sehen (Personen, Tiere werden gesehen)
- olfaktorische Halluzination – betrifft das Riechen (nicht vorhandene Gerüche werden wahrgenommen)
- gustatorische Halluzination – betrifft den Geschmack (Geschmackssinn nimmt ab)

- Zonästhesien – betreffen den Bereich der eigenen Körperwahrnehmung (z. B. Sensibilitätsstörungen der Haut: Kribbeln, Schmerzen werden gefühlt)

Es kann sich auch um eine Nebenwirkung der Medikamente handeln. Dann ist es möglich, dass die Halluzinationen aufhören, wenn die Dosierung angepasst oder ein anderes Medikament verordnet wird.

Wie kann der Umgang miteinander bei psychischen Veränderungen positiv beeinflusst werden?

Der Umgang mit einem an Parkinson erkrankten Menschen erfordert Fingerspitzengefühl. Das Kennen der Symptome und ihrer Ursachen verbessert dabei das Verständnis für die besondere Situation bei dieser Erkrankung. Es ist im Alltag viel Geduld gefragt, um sich immer wieder bewusst zu machen, dass z. B. die *Depression* nichts mit mangelnder Willenskraft oder „Sich gehen lassen“ zu tun hat. Aufforderungen im Sinne von „Reiß dich doch zusammen!“ oder „Das wird schon wieder!“ sind für die Betroffenen eher frustrierend, weil sie aus eigener Kraft keine Änderungen herbeiführen können.

Bei *Halluzinationen* zu wissen, dass Dinge wahrgenommen werden, die es in der Realität nicht gibt, hilft im gemeinsamen respektvollen Umgang miteinander. Dann kann man in der Kommunikation anders auf die Situation eingehen, ohne die Betroffenen zu beschämen oder eine konfrontierende Situation herbeizuführen, die für alle belastend ist. Z. B. ist es möglich darauf zu verzichten, auf die Realität zu beharren und ständig Eindrücke zu korrigieren. Stattdessen ist es hilfreicher auf das Thema einzugehen, ohne es zu negieren und dadurch ablenkend Entlastung zu ermöglichen. Auch das erfordert Geduld und Übung für die Unterhaltungen miteinander.

Psychische Veränderungen zu erkennen und als beeinflussbaren Bestandteil der Krankheit Parkinson zu erleben, ermöglicht es, diese zu behandeln. Einer der wichtigsten beeinflussbaren Faktoren dabei ist die regelmäßige Einnahme der Parkinsonmedikamente. Wenn die depressive Stimmungslage bei einer guten Kontrolle der übrigen Symptome nicht abnimmt, kann eine zusätzliche Behandlung mit Antidepressiva oder eine Umstellung der Medikamente als Möglichkeit mit den betreuenden Ärztinnen/Ärzten erläutert werden.

Zudem wirkt sich auch vorbeugend jede Form von Bewegung günstig auf die Psyche aus. Spaziergänge an der frischen Luft und schwimmen gehen bringen nicht nur den Kreislauf in Schwung, sondern können die Stimmung positiv beeinflussen. Solche Aktivitäten können auch gut in Gemeinschaft mit anderen erfolgen, die vielleicht auch selbst als Betroffene vergleichbare Erfahrungen machen. Der Austausch mit Menschen, die in einer ähnlichen Lebenssituation sind und die Sorgen und Nöte gut nachvollziehen können, helfen Kraft und neuen Mut zu schöpfen.

Erfahren Sie mehr zum Thema auf den **PfiFf-Themenblättern Nr. 3, 3b und 3c.**

Literaturnachweis:

Ebersbach, G. (Hrsg.) (2017): *Pflege von Menschen mit Parkinson.* Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.

Ebersbach, G. & Ceballos-Baumann, A. (2017): *Aktivierende Therapie bei Parkinson-Syndromen.* Thieme

Deutsche Parkinson Vereinigung e. V. (Hrsg.) (2017): *Ratgeber 1 – Gemeinsam gegen das Erstarren.* Pfungstadt: Klarigo-Verlag für Patientenkommunikation oHG.