

**Zeitschrift:** Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera

**Band:** - (2021)

**Heft:** 144: Fühlen bei Parkinson = Nociception et Parkinson = Tatto e percezione del dolore

**Rubrik:** Informationstagungen

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 09.11.2024

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Kraftquellen in Zihlschlacht

Die Informationstagung an der Rehaklinik in Zihlschlacht vom 1. Oktober folgte dem Jahresthema «Kraftquellen» von Parkinson Schweiz.

Dr. med. Matthias Oechsner begrüßte die Corona-bedingt «nur» 80 zugelassenen Interessierten. In seinem Referat «Kraftquelle Medizin: Sinnvoller Einsatz von Medikation und Neurostimulation» zeigte er die aktuellen medikamentösen Behandlungsmöglichkeiten auf. Für eine differenzierte Behandlung sind Kriterien wie Diagnose, Alter sowie motorische und nicht-motorische Symptome wichtige Faktoren. Abschliessend beschrieb er die invasiven Behandlungen – die Tiefe Hirnstimulation und die Medikamentenpumpen –, und erklärte, unter welchen Voraussetzungen sie geeignet sind und welche Symptome sich lindern lassen.

Die Parkinson-Nurse Barbara Keller und die Logopädin Vanessa Schwegler sprachen über Probleme im Alltag, etwa Schlafstörungen. Keller empfahl, bei nächtlichem Harndrang tagsüber mehr und abends weniger zu trinken. Schwegler gab nützliche Tipps, damit ein Restaurantbesuch trotz Schluckstörungen möglich ist. Vor der Pause animierten Schwegler und der Sporttherapeut Stefan Köhler das Publikum zu Übungen aus dem Würfel- und Bewegungsspiel von Susanne Brühlmann.

«Kraftquelle trotz(t) Krankheit» lautete das Thema des Psychologen Jörg Ide und der Ergotherapeutin Andrea Flury. Par-



Stefan Köhler und Vanessa Schwegler animieren zur Bewegung. Foto: René Gossweiler

kinson kann körperlich, seelisch und psychisch Kraft nehmen. Wie kann das ausgeglichen werden? Jörg Ide erläuterte die Faktoren der sozialen Kontakte, von Bewegung, Hobby und Achtsamkeit. Er ging dabei speziell auf mögliche Entspannungstechniken ein. Andrea Flury sieht das Thema Kraftquelle als Energiemanagement. Man stelle sich eine Budgetberatung vor. Dabei gilt es, die Energiefresser zu er-

kennen (Ausgaben) und Energie zu tanken (Einnahmen). Wenn die Energiefresser erkannt sind, kann man sparen, indem man zum Beispiel gezielt delegiert, den Arbeitsplatz optimiert oder Hilfsgeräte einsetzt. Die Einnahmen können durch gute Pausen, Prioritäten setzen und Planung verbessert werden.

Judith Falusi

## Ferien im Lindenhof

Pflegebegleitete Ferien in Churwalden in einem ehemaligen Schlosshotel.



Feriengäste und Betreuende.  
Foto: zvg Elisabeth Ostler

Vom 28. Juni bis 4. Juli verbrachten sechs Parkinsonbetroffene mit fortgeschrittener Krankheit Ferien in einem geschichtsträchtigen Haus in Churwalden. Bis Anfang Jahr wurde das ehemalige Schlosshotel Lindenhof als Alters- und Pflegeheim genutzt. Seit diesem Frühling ist Hansruedi Sieber, der als Reiseleiter bereits Parkinsonferien auf Sizilien und in Istanbul organisiert hat, der

neue Besitzer. Er will den Lindenhof als Hotel speziell für Gästegruppen mit neurologischen Erkrankungen nutzen.

Auf dem Programm der individuell entsprechend ihren Bedürfnissen betreuten Gäste standen mehrere Ausflüge, z. B. in eine Fleischtrocknerei, an den Heidsee oder nach Bergün.

Elisabeth Ostler