



### ■ Krankheitsbewältigung und Stressmanagement

Chronische Erkrankungen führen zu einer Bedrohung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens. Sturzängste, Sorge vor Abhängigkeit und Zukunftsängste bringen das emotionale Gleichgewicht ins Wanken, die bisherigen sozialen Rollen in Familie und Gesellschaft werden gefährdet. Verschiedene im ANR Ahrweiler angewandte kognitive Therapiemethoden helfen, negative Denkmuster und „falsche“ Gedanken über die Erkrankung zu verändern. Realistische Neueinschätzung, das (Wieder)-Entdecken neuer und alter Fähigkeiten (Ressourcen) und der erneute Aktivitätsaufbau bewirken eine neue, positive Auseinandersetzung mit der Erkrankung und schaffen wieder Mut und Lebensfreude.

### ■ Medikamenteneinstellung

Während der Therapiewochen im ANR Ahrweiler kann neben den nichtmedikamentösen aktivierenden Therapien bei Bedarf und in Absprache mit Ihrem „Hausneurologen“ die medikamentöse Therapie schrittweise angepasst werden.

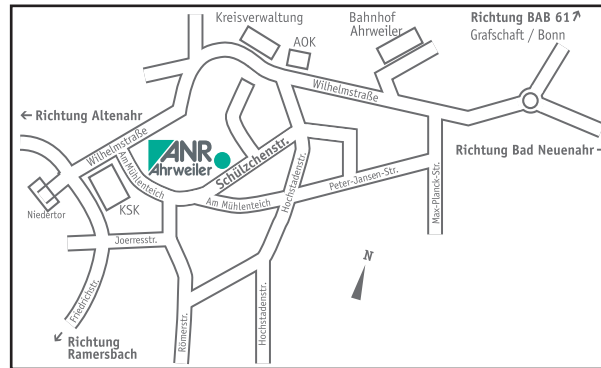
**Auf unserer Homepage erhalten Sie weitere Informationen zu unseren therapeutischen Angeboten bei Morbus Parkinson, wie z.B. stochastische Resonanztherapie (SRT), Diagnostik und Therapie möglicher Hirnleistungsstörungen, Rehabilitation und Urlaub, und vieles mehr! Schauen Sie doch mal rein unter [www.anr-ahrweiler.de](http://www.anr-ahrweiler.de).**

Haben Sie noch Fragen?

Rufen Sie uns an.

Besuchen Sie uns auch im Internet.

[www.anr-ahrweiler.de](http://www.anr-ahrweiler.de)



**ANR Ahrweiler** Ambulantes Neurologisches Rehabilitationszentrum

Schülzchenstraße 10 · 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler  
Fon 0 26 41 - 98 04 0 · Fax 0 26 41 - 98 04 44  
ANR-Ahrweiler@t-online.de · [www.anr-ahrweiler.de](http://www.anr-ahrweiler.de)

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008 i-med-cert



**MORBUS PARKINSON**

**ANR Ahrweiler** Ambulantes Neurologisches Rehabilitationszentrum

## Aktivierende Therapie bei Morbus Parkinson und Parkinsonsyndromen

In den letzten Jahren hat die Behandlung der Parkinson-Krankheit enorme Fortschritte gemacht. Sie führt nicht mehr zu einer Verkürzung der Lebenserwartung und die Lebensqualität der Betroffenen kann durch die Optimierung der medikamentösen und nicht-medikamentösen Therapie lange erhalten und gefördert werden. Das **ANR Ahrweiler** hat ein spezifisches, aktivierendes komplexes Behandlungskonzept für Parkinson-Betroffene mit einem multiprofessionellen Team aus Ärzten und Fachtherapeuten entwickelt.

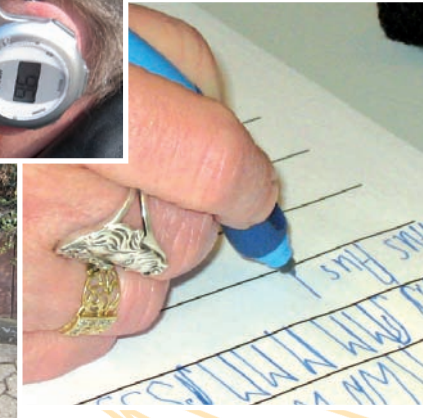
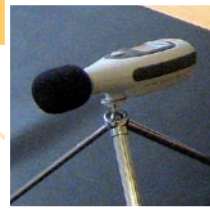
Wesentliche Bausteine dieser aktivierenden Therapie zur Bewältigung der parkinsonspezifischen Komplikationen sind:

### ■ Sturzprophylaxe (posturale Instabilität)

50 % der Parkinson-Betroffenen stürzen mindestens 1 mal pro Jahr, manche stürzen mehrmals pro Tag. Ein frühzeitig beginnendes, gezieltes und wiederholt durchgeführtes Training zur Sturzprophylaxe kann die Sturzgefährdung entscheidend herabsetzen und trägt wesentlich zum Erhalt der sicheren und selbständigen Mobilität bei. Im ANR Ahrweiler wurde hierzu ein spezielles Sturzpräventionsprogramm entwickelt. Wiederholtes Üben zu Hause befähigt die Betroffenen, den Erfolg zu sichern und damit Stürze langfristig zu verhindern.

### ■ Medizinische Laufbandtherapie

Kleinschrittigkeit, Starthemmung beim Gehen und Richtungswechsel sowie in der Überwindung von Schwellen und Engpässen = „Freezing-Phänomen“ (engl. to freeze = einfrieren) erfordern ein gezielt auf diese Probleme abgestimmtes Gangtraining mit und ohne therapeutisches Laufband. Schrittlänge, Schrittfrequenz, Gangtempo und Gangsicherheit werden optimiert und die Fortschritte in einem Verlaufsdigramm dokumentiert.



### ■ Rhythmusgeber – Cueing – Anti-Freezing

Der Einsatz von speziellen akustischen, visuellen und sensorischen Hinweisreizen (Cue) hilft entscheidend bei der Überwindung der oben genannten Bewegungsblockaden, welche neben der Belästigung im Alltag nicht selten schwerwiegende Stürze zur Folge haben. Bewusste Konfrontation mit diesen motorischen Blockaden und das wiederholte Üben (repetitives Lernen) sind entscheidend für deren Überwindung. So werden unter anderem der Einsatz von speziellen Hinweisreizen mit Musik und Metronom, die Anwendung parkinsonspezifischer Hilfsmittel sowie ein problemorientierter „Anti-Freezing-Parcours“ im ANR Ahrweiler trainiert. Der Erhalt des Gelernten wird nach Anleitung durch unsere Therapeuten über das eigenständige Üben der Betroffenen im häuslichen Umfeld gesichert.

### ■ Stimm- und Sprechtraining in Anlehnung an das Lee

*Silverman Voice Treatment – LSVT – Prof. Ramig:*

Eine leise und heisere Stimme, monotone Sprechweise sowie eine verwaschene Aussprache (Dysarthrophonie) beeinträchtigt die Verständigung in Familie, Beruf und Gesellschaft. Intensives **lautes** Stimm- und Sprechtraining mit Unterstützung von externen Taktgebern oder dem Phonometer verbessert die Kommunikationsfähigkeit der Betroffenen in ihrem Lebensumfeld.

### ■ Schlucktherapie (Dysphagie)

Schluckstörungen sind bei Parkinson vor allem in späteren Krankheitsstadien häufig und führen gelegentlich zu bedrohlichen Komplikationen (Verschlucken, Lungenentzündung). Die Verzögerungen im Schluckakt führen gelegentlich auch zu beeinträchtigendem Speichelfluss. Ein spezifisches Schlucktraining kann diese Probleme mildern (z.B. Beschleunigung des Schluckaktes).

### ■ Alltagsspezifisches Training in den Kernbereichen der Lebensführung (Aktivitäten des täglichen Lebens):

Morgens aufstehen, sich waschen, ankleiden und ein Frühstück zubereiten sind für den Gesunden selbstverständlich. Parkinson-Betroffene haben in diesen alltäglichen Handlungen häufig Probleme, wodurch sie zunehmend auf Hilfe angewiesen sind.

Neben den vordergründigen, motorischen Beeinträchtigungen sind hierfür besonders eine allgemeine Verlangsamung, sowie Planungs- und Handlungsstörungen verantwortlich. „Gut gemeinte“ Überversorgung durch die Familie verstärkt „ungewollt“ die Abhängigkeit von Anderen. Die Mitarbeiter des ANR Ahrweiler erarbeiten dazu mit den Betroffenen und deren Angehörigen ein klar strukturiertes Lernprogramm. Unser Ziel ist es, die Eigenständigkeit der Betroffenen und damit die selbstbestimmte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben Schritt für Schritt wieder zu erlangen !