

Inhaltsverzeichnis

1	„Parkinson“ – Was ist das?	7
1.1	Was versteht man unter der „Parkinson-Krankheit“?	7
1.2	Wie lässt sich die Parkinson-Krankheit erkennen?	8
1.3	Wie verläuft die Parkinson-Krankheit?	10
1.4	Wie häufig ist die Parkinson-Krankheit?	16
2	Ursachen und Besonderheiten der Parkinson-Krankheit	17
2.1	Wie entsteht die Parkinson-Krankheit?	17
2.2	Parkinson und Tagesform	18
2.3	Die Bedeutung depressiver Stimmungslagen	20
2.4	Die Rolle der Demenz	22
3	Die Behandlung der Parkinson-Krankheit	27
3.1	Medikamente	27
3.2	Operationen	29
3.3	Psychotherapie	31
3.4	Ergänzungstherapien	34
4	Was man selbst unternehmen kann	35
4.1	Wie spreche ich mit anderen über meine Symptome?	35
4.2	Wie kann ich situative Symptomanstiege oder -blockaden unterbinden?	39
4.3	Wie lässt sich meine Stresskompetenz steigern?	41
4.4	Der Parkinson-Patient und seine Angehörigen	43
4.5	Was man besser nicht tun sollte	48
4.6	Umgang mit Verschlechterungen	49
5	Was tut sich in der Forschung?	53
Anhang		54
Weiterführende Literatur		54
Adressen		55
Arbeitsblätter		59