

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>„Parkinson“ – Was ist das? .....</b>	<b>7</b>
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
<b>2</b>	<b>Ursachen und Besonderheiten der Parkinson-Krankheit .....</b>	<b>17</b>
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
<b>3</b>	<b>Die Behandlung der Parkinson-Krankheit .....</b>	<b>27</b>
3.1	Medikamente .....	27
3.2	Operationen .....	29
3.3	Psychotherapie .....	31
3.4	Ergänzungstherapien .....	34
<b>4</b>	<b>Was man selbst unternehmen kann .....</b>	<b>35</b>
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
<b>5</b>	<b>Was tut sich in der Forschung? .....</b>	<b>53</b>
<b>Anhang</b>	.....	<b>54</b>
Weiterführende Literatur	.....	54
Adressen	.....	55
Arbeitsblätter	.....	59