

Einleitung	6	Für wen ist eine genetische Testung sinnvoll?	58
Parkinson: die Erkrankung verstehen	11	3 Welche Faktoren beeinflussen das Erkrankungsrisiko?	60
1 Welche Symptome treten wann auf? Was gehört zur Diagnostik?	12	Typische Merkmale der klassischen Parkinson-Krankheit	63
Wichtige Abgrenzungen	13	Wie sich eine Multisystematrophie (MSA) zeigt	63
Die Diagnose wird anhand der motorischen Symptome gestellt	13	Eine progressive supranukleäre Blickparese (PSP) ist eher selten	64
Die nicht-motorischen Symptome treten meist schon viel früher auf	14	Die kortikobasale Degeneration ist sehr vielgestaltig	64
Riechstörungen sind ein Frühsymptom	17	Vaskuläres Parkinson-Syndrom	65
Schlafprobleme und Traumschlaf- Verhaltensstörungen	22		
Störungen des autonomen Nervensystems	25	Parkinson: die Behandlung	69
Verdauungsstörungen	25	5 Es gibt gut wirksame Medikamente	70
Regulation des Blutdrucks	27	Wem sollte die Diagnose mitgeteilt werden?	71
Blasenprobleme und Erektionsfähigkeit	28	Wann sollte die medikamentöse Therapie beginnen?	72
Schwitzen und Schweißsekretion	29	Was empfehlen die DGN-Leitlinien?	74
Fettige Haut und Schuppenbildung (Seborrhö)	29	Welche Substanzen stehen zur Verfügung?	75
Schmerzen	30	Welche Medikamente werden für die Frühphase empfohlen?	79
Symptome der Psyche	33	Im Verlauf sind weitere Substanzen zur Kombinationstherapie möglich	80
Viele Parkinson-Kranke leiden an Depressionen	34	Wann kann eine Medikamenten- Pumpe sinnvoll sein?	82
Halluzinationen sind meist medikamentös bedingt	36	Wann sollte auf eine gerätegestützte Therapie gewechselt werden?	85
Denk- und Gedächtnisstörungen	38	Warum im Verlauf Wirkfluktuationen auftreten können	86
Parkinson-Demenz	39	Wie lassen sich Wirkfluktuationen vermindern?	87
Sehstörungen sind sehr häufig bei Parkinson	40		
Diagnose der Parkinson-Krankheit	43		
Wie sich die motorischen Symptome im Einzelnen zeigen	45		
Was gehört zur modernen Parkinson-Diagnostik?	47		
2 Welche Rolle spielen die Gene?	52	6 Was Sie über die Tiefe Hirnstimulation wissen sollten	89
Hinweise aus dem Stammbaum	53	Wie funktioniert die THS?	90
Genetische Syndrome: Vererbungsmodus	55		
GBA – ein genetischer Risikofaktor	57		

Was gehört zum Hirnschrittmacher dazu?	90	Parkinson: gut zu wissen	147
Wann kommt eine THS infrage? Und wann (eher) nicht?	91	9 Alltag mit Parkinson	148
Wie verläuft die THS-Operation?	92	Kompetenznetz Parkinson	148
Die Einstellung des Hirnschrittmachers nach der OP	93	Die Parkinson-Nurse	149
Nachsorge	95	Innovative Wohn-Modelle auch für fortgeschritten Erkrankte	151
Wann ist der richtige Zeitpunkt?	96	Parkinson und Arbeitsleben	152
7 Unverzichtbar: Bewegungs-, Sprech- und Entspannungstherapien	97	Hinaus in die Welt: Reisen mit Parkinson	154
Die Motivationsbremse überwinden	98	10 Die Rolle der Ernährung	155
Ausdauertraining und alltagsnahe Aktivitäten	100	Kann man mit der Ernährung vorbeugen? Was ist in Frühstadien wichtig?	156
Besondere Sporttherapien	102	Was in fortgeschrittenen Stadien beachtet werden sollte	162
Nerven- und muskelstimulierendes (sanftes) Ganzkörpertraining	105	Ist Fasten bei Parkinson möglich und hilfreich?	163
Aktivierende Therapien	108	Rezeptideen zur mediterranen Ernährung	166
Parkinson-spezifische Sprech- und Atemtherapien	111	11 Blick in die Zukunft – neue Diagnoseansätze und Therapien	176
Gestaltende Therapien: Freude am eigenen Ausdruck haben	114	Biologische Diagnose Parkinson und Synukleinopathien	176
Entspannung und innere Balance	117	Wie sinnvoll ist eine frühe biologische Parkinson-Diagnose?	177
Die Parkinson-Komplexbehandlung nutzen	118	Wie ist der Stand bei Immuntherapien?	179
Finden Sie für sich den optimalen Mix	118	Studien zu Gentherapien	181
Bewegungsübungen bei Parkinson	120	Spezifische Therapien für Parkinson-Kranke mit genetischen Mutationen	182
8 Digitale Medizin bei Parkinson	136	Welche Fortschritte macht die Zelltransplantation?	182
Der Klassiker: Die Telemedizin in der Patientenversorgung	136	Aktuelle Entwicklungen bei nicht-invasiven Hirnstimulationen	184
Mit Tablet und Tablette	138	12 Prävention: der Parkinson-Krankheit vorbeugen	188
Neue Sensorsysteme zur Symptomerfassung im Alltag	139	Was das Parkinson-Risiko erhöht und was es senkt	189
Wearables – am Körper tragbare Mini-Computer	140	Mit Bewegung vorbeugen	190
Ein kritischer Blick auf Gesundheits-Apps	141	13 Ausblick: gesund altern – ein Projekt der Zukunft	191
Webplattform zur Verbesserung der Lebensqualität: ParkProReakt	142	Stichwortverzeichnis	194
Hilfsmittel von Fuß bis Kopf – digital, aber auch mal analog	143	Empfehlungen der Autorin	198
Und nun? – Wer die Wahl hat	145		