

Inhalt

Einleitung	1
Die Parkinson-Krankheit	5
Diagnose	7
Ursachen und Entstehung	8
Dopaminmangel	8
Acetylcholinüberschuss	9
Von der Bauch- zur Kopfkrankheit.....	9
Stoffwechsel und Umweltgifte	10
Veränderung der Blut-Hirn-Schranke	11
Symptome.....	13
Erste Anzeichen	13
Tremor	13
Rigor.....	14
Bradykinesie bis Akinesie.....	15
Vegetative Symptome	17
Die konventionelle Therapie	19
Medikamente gegen Parkinson.....	19
L-Dopa.....	19
Dopaminagonisten	20
Anticholinergika.....	21
Amantadine	22

v

Monoaminoxidase-Hemmer (MAO-Hemmer)	22
Probleme der medikamentösen Therapie.....	23
 Selbsthilfe und Komplementärmedizin	25
Zum Einstieg: Ein Erfahrungsbericht.....	25
Die einzelnen Verfahren	29
Atemtherapie	29
Bach-Blüentherapie	32
Entspannungstechniken.....	41
Fußreflexzonenmassage	43
Jin Shin Jyutsu	45
Meditation	49
Qigong.....	53
Schüßler Salze	56
Häufige Beschwerden von A–Z	63
Antriebsstörung	63
Appetitlosigkeit	64
Bluthochdruck.....	65
Darmträgheit.....	66
„Elektrische Schläge“	67
Fettige Haut	67
Gelenk- und Muskelschmerzen	68
Harndrang	68
Kreislaufstörung: Orthostatische Hypotonie	69

Mundtrockenheit.....	70
Nervosität	70
Schluckstörungen	73
Schwindel.....	74
Wadenkrämpfe	75
 Die ärztliche Therapie	 77
Der ganzheitliche Blick.....	77
Stress regulieren	78
Eisen und Kupfer verordnen	79
Vegetative Beschwerden lindern.....	80
Seelische Begleitsymptome – auch bei pflegenden Angehörigen – beachten	81
Biographie und Lebensstil im Blick behalten	82
Die Homöopathie.....	83
Die Anthroposophische Medizin	84
Das Therapieschema.....	86
Die einzelnen Mittel	87
Anthroposophische und homöopathische Basismittel	90
Regulierung des Bewegungsablaufes: Die Eisenreihe	91
Andere wichtige Mittel bei Parkinson	93
Therapie bei häufigen Beschwerden	94

Ganzheitliche Physikalische Therapie	103
Akupunkt-Massage nach Penzel	104
Pneumatische Pulsationstherapie	105
Entspannungstherapie	106
Zum Schluss	111
Der Autor	113
Die Autorin	113