

Bei all diesen Aktivitäten dürfen wir unsere Angehörigen nicht vergessen; pflegende Angehörige fühlen sich oft allein gelassen. Gespräche in separaten Angehörigen-Treffen können auch hier helfen, kritische Situationen leichter zu verarbeiten.

Leiter der Regionalgruppe Krefeld
Home: www.krefeld.parkinson-vereinigung.de

Reiner Wicklaus
Kückesweg 23
47877 Willich
Telefon 02154-910932
E-mail: rwicklaus@gmail.com



Wir verstehen unter **Selbsthilfe**:

- S** - Suchen und finden von Gleichgesinnten
- E** - Einsamkeit in Gemeinsamkeit überwinden
- L** - Lebenssituation verbessern
- B** - Beziehungen aufbauen und vertiefen
- S** - Schwierigkeiten gemeinsam meistern
- T** - Teilnehmen und Verstehen
- H** - Handeln in eigener Sache
- I** - Informationen geben
- L** - Lösungen entwickeln
- F** - Fördern und Fordern
- E** - Erkenntnisse weitergeben

Spendenkonto: Sparkasse Krefeld:

Inhaber DPV RG KR
IBAN DE29 3205 0000 0049 0088 73
BIC SPKRDE33

Lothar Meuskens
Tel: 02151 / 773764
smirgel20@gmx.de

Willy Smitmanns
Tel: 0177 / 806 35 38
news204@web.de

Wolfgang Harwardt
Tel: 02154/910633
wharwardt@arcor.de

Jörg Lehmann
Tel:02151 / 598751
47798 Krefeld-Stadtmitte
47799 Krefeld-Cracau
47800 Krefeld-Bockum
47809 Krefeld-Linn



Elenor Wicklaus
Tel:02154 / 910930 oder 01578 2750349
47877 Willich
41066 Mönchengladbach
41564 Kaarst



Hier ist Platz für weitere Engagierte, die in einem Ehrenamt eine sinnvolle und bereichernde Betätigung sehen. Wer gibt bekommt auch etwas zurück. - Interesse?

Lächeln macht schöner, Helfen macht glücklicher!

X Konzentrationsübung

Blättern Sie bitte zur 1. Seite zurück! Dort sehen Sie das Alphabet in roten Buchstaben. Tippen Sie mit dem Finger so schnell wie möglich auf die Buchstaben des Alphabets rückwärts d.h. beginnen Sie bei **Z**. Falls Sie wesentlich länger als sechs Minuten benötigt haben, dann sollten Sie mit uns das Gedächtnis trainieren.



**Deutsche Parkinson
Vereinigung e.V.**

Die Regionalgruppe Krefeld
www.krefeld.parkinson-vereinigung.de

Gemeinsam - Miteinander - Füreinander



Die Krankheit

James Parkinson hat diese Krankheit erstmalig 1817 als Schüttellähmung beschrieben. Zu den Hauptsymptomen gehören das Zittern (Tremor), Hemmung in den Bewegungen (Hypo-/Akinese), Muskelsteifigkeit (Rigor) sowie die Verlangsamung der Bewegungsabläufe. (Bradykinese). Morbus Parkinson kann jeden treffen. Meist tritt diese neurodegenerative Erkrankung ab einem Alter von 50 Jahren auf. Ursache ist ein Mangel an Dopamin, der Botenstoff, der in der Substantia Nigra nicht mehr in ausreichender Menge "produziert" wird.



Man muss wissen, dass es sich um eine chronische, progrediente Erkrankung handelt, die nach wie vor nicht heilbar ist. Das bedeutet, dass lediglich die Symptome behandelt werden können. Der wichtigste Wirkstoff in der Behandlung von Parkinson ist L-Dopa, welches im Körper zu Dopamin umgewandelt wird. Außerdem stehen heute Dopamin-Ersatzprodukte, sog. Dopaminagonisten zur Verfügung. MAO/ und COMT-Hemmer verhindern einen vorzeitigen Abbau von L-Dopa. Es ist wichtig zu wissen, dass dem Zeitpunkt der Tabletten-Einnahme eine große Bedeutung zukommt.

Mit dem Fortschritt der Erkrankung stellen sich oft Nebenwirkungen ein, die von Patient zu Patient unterschiedlich sein können und die Lebensqualität beeinflussen. Um z.B. Fluktuationen zu vermeiden kann der behandelnde Arzt oft nur mit einer Erhöhung der Dosis und einer zeitlich verkürzten Tabletteneinnahme regieren. Um letztlich einen stets gleichmäßigen Medikamentenspiegel sicherzustellen, kann der Arzt eine Apomorphin oder auch Duodopa-Pumpe setzen. Zur Behandlung eines stark ausgeprägten Tremors und Rigors wird immer öfter auch eine stereotaktische Operation durchgeführt, bei der zwei Elektroden im TIEFEN HIRN implantiert werden und über einen Impulsgeber konstant hochfrequenter Strom eingeleitet wird.

Die Selbsthilfegruppe

Die Krankheit hat steigende Tendenz, Deutschlandweit rechnet man mit über 300000 Betroffenen. Ca. 400 Regionalgruppen mit 23.000 Mitgliedern sind der deutschen Parkinson Vereinigung mit Sitz in Neuss angeschlossen.

Hier treffen sich Menschen, die alle ein gleiches Problem oder Anliegen haben, nämlich gemeinsam etwas gegen die typischen Probleme dieser chronischen Krankheit zu unternehmen, indem bspw. Erfahrungen in persönlichen Gesprächen untereinander ausgetauscht werden.

Hochkarätige Referenten halten Sie über medikamentöse, wie auch alternative Therapien des Morbus Parkinson auf dem Laufenden. Sie werden bestens informiert über die Krankheit und den Begleitsymptomen, wie, Schluck-/ Sprechstörungen, Blasenfunktions-/ Sexualfunktionsstörungen, Impulskontrollstörungen, Schlafstörungen, Depressionen, Aufmerksamkeits-/Gedächtnisstörungen, Halluzinationen, usw.

Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden berichten über Maßnahmen, die neben der medikamentösen Therapie als Cotherapien nicht zu unterschätzen sind.

Es ist sinnvoll, regelmäßig an der REHA Krankengymnastik teilzunehmen. Dazu haben wir Adressen der Therapeuten, die auf diese Erkrankung spezialisiert sind in Krefeld und Willich.

Ferner bietet die dPV Beratung in juristischen Fragen sowie Hilfestellung an.

Pro Quartal erhalten Sie eine eigene Mitgliederzeitschrift und erfahren stets das Neueste aus Forschung und Lehre.

Der Jahresbeitrag beträgt 55 €. Eine Schnupper Mitgliedschaft ist möglich.



Die Regionalgruppe Krefeld

Man geht davon aus, dass in Deutschland bis zu 400000 Menschen betroffen sind, das bedeutet, dass statistisch allein in Krefeld ca. 600 Menschen unter dieser Krankheit leiden. Die Krefelder Gruppe, 1985 gegründet, hat etwa 100 Mitglieder, nicht nur aus Krefeld sondern auch aus Meerbusch, Willich und Tönisvorst.

Die monatlichen Gruppentreffen finden an jedem 3. Dienstag im Monat von 15 bis 17 Uhr im Oscar-Romero-Haus, Traarer Straße 380 / Insterburger Platz in Krefeld-Gartenstadt statt.

Unsere Ziele

In unserer Selbsthilfegruppe wollen wir durch Erfahrungsaustausch untereinander sowie durch Vorträge von Ärzten und Therapeuten, Informationen zur Krankheit vermitteln.

Gemäß dem Grundgedanken einer SHG wollen wir uns aber auch besonders um die Schwachen kümmern, auf diese Menschen zugehen, die sich bereits aus dem sozialen Leben zurückgezogen haben. Diese Menschen brauchen Zuwendung, was einerseits zur emotionalen Stärkung beiträgt und andererseits diese Menschen aktiviert, wieder mit ihrem Umfeld Kontakt aufzunehmen. Dies führt zu einem Mehr an Lebensqualität und zu einem Mehr an guten Jahren. - Für diese wichtige Aufgabe haben sich Betroffene gemeldet, die als sogenannte „Kümmerer“ (=Ansprechpartner) tätig sind.

Gemeinsam - Miteinander - Füreinander