

Raus aus dem Schneckenhaus: Parkinson sollte kein Tabuthema mehr sein

Seit diesem Jahr bietet die Sekis in Oranienburg wieder ein Parkinson-Selbsthilfegruppe an – Gruppe ist für Betroffene und Angehörige gleichermaßen gedacht

Von Knut Hagedorn

Oranienburg. Mit einem Lächeln im Gesicht stehen Detlef Manthey und Elmar Starke im Raum, beide haben sogenannte Smovey-Ringe in den Händen und schwingen die Arme. Was für einen Außenstehenden einfach nur nach Spaß aussieht und sportlicher Betätigung, ist für die beiden Männer ein wichtiger Bestandteil, um der eigenen Krankheit entgegen zu wirken.

Manthey und Starke sind an Parkinson erkrankt und beide sind Teil der Selbsthilfegruppe Parkinson in Oranienburg. „Es ist extrem wichtig die Koordination des Körpers aufrechtzuerhalten und das wird durch diese Ringe gefördert“, so Manthey, der Mitglied bei der Deutschen Parkinson Vereinigung ist.

Die Parkinson-Krankheit entsteht durch einen langsam fort-

„

Es gab in den Vorjahren schon öfter mal den Versuch eine entsprechende Gruppe zu gründen, bislang aber nie mit Erfolg.

Detlef Manthey
Regionalgruppenleiter

schreitenden Verlust von Nervenzellen im Gehirn.

Die charakteristischen Symptome sind Akinesie (Bewegungslosigkeit der Herz- und Skelettmuskulatur), Rigor (Muskelsteifheit) und Ruhetremor (Zittern). Als unheilbare neurodegenerative Erkrankung zählt sie zu den degenerativen Erkrankungen des extrapyramidal-motorischen Systems. Allein in Deutschland sind rund 500.000 Menschen betroffen. Die Parkinson-Krankheit ist damit nach der Alzheimer-Krankheit die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung der Welt.

Parkinson ist gekennzeichnet durch das vornehmliche Absterben der dopaminproduzierenden Nervenzellen in der Substantia nigra, einer Struktur im Mittelhirn. Der Mangel an dem Botenstoff Dopamin führt zu einer Verminderung der aktivierenden Wirkung der Basalganglien auf die Großhirnrinde und somit zu den Bewegungsstörungen. Während es in Hennigsdorf seit über 20 Jahren eine Parkinson-Selbsthilfegruppe gibt und auch in Leegebruch Betroffene und Angehörige seit zwei Jahren eine entsprechende Anlaufstelle haben, existiert die Selbsthilfegruppe in Oranienburg erst seit diesem Jahr. „Es gab in den Vorjahren allerdings schon öfter mal den Versuch eine entsprechende



Detlef Manthey (l.) ist Parkinson-Regionalgruppenleiter.

FOTOS: KNUT HAGEDORN



Die Smovey-Ringe sind so wertvoll für die Kranken, aber teuer.



Die Gruppe will dazu ermuntern, sich bei einer Diagnose nicht zu verkrühen.

Gruppe zu gründen, bislang aber nie mit Erfolg. Nun wollen wir aber diese wichtige Anlaufstelle etablieren“, so Detlef Manthey, der selbst seit zwölf Jahren an Parkinson erkrankt ist. Für ein Großteil der Gesellschaft ist Parkinson noch ein Tabuthema, zumeist aber aus Unwissenheit, wie Elmar Starke, Gruppenleiter in Oranienburg, anmerkt.

„Wir wollen hier unter anderem aufzeigen, dass man sich nicht verkrühen darf nach der Diagnose, sondern weiter am Leben teilnehmen soll und auch muss.“ Dass dies nicht so einfach ist, daran erinnert sich auch Detlef Manthey: „Wenn man diese Diagnose erhält, fällt man in ein tiefes Loch und verkrücht sich in ein Schneckenhaus. Einsamkeit ist eine Triebfeder der Krankheit.“

Bei der Selbsthilfegruppe in Oranienburg sind Betroffene und Angehörige von Parkinsonerkrankten unter sich, jeden ersten und dritten Mittwoch trifft man sich im SEKIS-Gruppenraum in der Oranienburger Liebigstraße 4 ab 16.30 Uhr zum gemeinsamen Austausch, aber auch mit jeder Menge Spaß und Lebensfreude, wie Manthey betont.

Wichtig für die Mitglieder der Parkinson-Selbsthilfegruppe ist auch ein stetiger Austausch mit Ärzten, Behörden und Apothekern. Gerade bei den Ärzten wünscht man sich noch mehr Sensibilität. „Man fühlt sich schon teilweise von den Behörden und auch den Krankenkassen im Stich gelassen. Es gibt so viele Stolpersteine und Barrieren, bis die Krankheit endlich anerkannt

wird“, mahnt Detlef Manthey.

So zum Beispiel auch bei den Smovey-Ringen. In diesen Ringen sind Stahlkugeln, die einfach die Koordination beim Laufen mehr steuern. „Allein diese Ringe kosten über 100 Euro und sind eigentlich so wichtig“, betont der in Leegebruch wohnhafte Manthey. Während früher oft ältere Menschen vorrangig der Parkinson-Krankheit zugeordnet worden sind, betrifft es inzwischen laut Manthey alle Altersgruppen. Hierbei möchte die Selbsthilfegruppe auch weiterhin mehr Aufklärungsarbeit leisten. „Das wichtige bei Parkinson ist, nicht zu vereinsamen. Es ist nicht förderlich sich zu verkrühen, ganz im Gegenteil. Man sollte rausgehen, Spaß am Leben haben und das wollen wir hier

auch immer wieder vermitteln.“

Deshalb gibt es auch einen weiteren Anlauf diese Gruppe in Oranienburg zu etablieren. Während es in Hennigsdorf mehr als 20 Teilnehmer sind, sind es derer fünf bis sechs in Oranienburg. „Natürlich sind oft auch Scheu und Scham dafür verantwortlich, dass man sich nicht einer solchen Selbsthilfegruppe anvertraut. Dem wollen wir entgegenwirken. Wir wissen alle ganz genau, was es heißt, an Parkinson erkrankt zu sein. Auch für Angehörige von Parkinsonerkrankten bietet unsere Gruppe einen Mehrwert“, so Manthey. Interessierte wenden sich bitte an Herrn Manthey telefonisch unter 03304/202561 oder bei der Sekis unter 03301/6896945 oder per Mail unter sekis@msv-ev.de.