

Gangstörungen bei Parkinson - keine Einheitstipps für Betroffene

Betroffene einer Parkinson Erkrankung haben zunehmend Probleme, flüssig und kontrolliert zu gehen. Aus medizinischer Sicht haben sich unterschiedliche Methoden herauskristallisiert, die den Betroffenen solcher Gangstörungen helfen können. Wie bekannt und wie hilfreich solche Laufstrategien sind, untersuchten Wissenschaftler in den Niederlanden.

Von den 4324 Teilnehmer*innen hatten 35 % entsprechende Schwierigkeiten beim Gehen und etwa 50 % berichteten von einem oder mehreren Stürzen im Jahr zuvor. Als Geh-Strategien bieten sich beispielsweise das taktgebende Zählen im Kopf oder ein begleitender Metronom als externer Taktgeber an. Anderen Personen wiederum hilft es, für eine bessere Balance notwendige Kurven nicht zu eng zu gehen.

Weiterhin scheinen zahlreiche Methoden zur Entspannung die mentale Gesundheit insofern positiv zu beeinflussen, dass mögliche Gangstörungen besser gemeistert werden können. Wieder andere Betroffene benötigen Vorbilder, um zu sehen, wie sie sich beim Gehen bewegen müssen, oder sie müssen schlimmstenfalls auf andere Geh-Techniken oder alternative Fortbewegungsmittel wie das Fahrrad ausweichen.

Die Auswertung einer Befragung ergab, dass all diese alternativen Strategien lediglich 4 % der Teilnehmer bekannt waren. Lediglich 50 % waren immerhin die taktgebenden Strategien bekannt. Hier sehen die Studienverantwortlichen enormen Aufklärungsbedarf, zumal über 75 % der Betroffenen im Rahmen der Studie angaben, dass sie die balancehaltenden Maßnahmen sehr hilfreich fanden.

Anderer wiederum bevorzugten solche Strategien, welche den mentalen Zustand stärken. Da die einzelnen Techniken also unterschiedlich gut wirken und es keine einheitliche Lösung für alle Parkinson-Betroffene mit entsprechenden Gangstörungen gibt, ist eine umfangreiche Aufklärung zu den einzelnen Therapieansätzen besonders wichtig, so die Wissenschaftler.

Tosserams, A. et al.

Perception and Use of Compensation Strategies for Gait Impairment by Persons With Parkinson Disease

Neurology 9/2021

[Zurück zur Übersicht](#)