

PARKINSON MAGAZIN

SOMMER 2016



PARKINSON-SELBSTHILFE-ÖSTERREICH

DACHVERBAND

IN EIGENER SACHE

Sommer, Sonne, Urlaub - das lieben viele Menschen! Blauer Himmel und Vogelgezwitscher, der Geruch von Sonnenmilch und die Wärme auf der Haut ... wie schön!

Doch nicht jedem gefällt das. Viele vertragen die Hitze nicht, ziehen sich zurück in abgedunkelte Räume und leiden. Fragen tauchen auf – Fragen um die Probleme, die Parkinson - Betroffene im Sommer haben können. Wir haben einen Experten gefragt, was wir tun können, um gut durch den Sommer zu kommen. Lesen Sie mehr ab Seite 11.

Und wir blicken mit Stolz auf unsere 1. Parkinson Benefiz Gala zurück. Es war eine rauschende Ballnacht... lesen Sie alles darüber im Blattinneren!

Wir wünschen einen schönen Sommer und einen tollen Urlaub. Genießen Sie jeden Tag neu!

Das Redaktionsteam



INHALT

In eigener Sache	2
Vorwort	3
Pillendosen	4
Rückblick Benefiz Gala	5
Gehirnjogging	10
Reisen mit Parkinson	11
Wiener Linien	14
Bewegung	16
Pirawarth Exklusiv	17
PSHÖ-DV und ABBVIE	19
Fürsorge	20
Was? Wann? Wo?	23

Das nächste

PARKINSON MAGAZIN

HERBST 2016

Erscheint Anfang September

IMPRESSUM: PSHÖ-DV, Postfach 29, 1081 Wien, Tel: 0664 78 222 03 dachverband@parkinson-oesterreich.at www.parkinson-oesterreich.at. Das Parkinson Magazin dient zur Information von Parkinson-Betroffenen in ganz Österreich, Namentlich gekennzeichnete Artikel müssen nicht der Auffassung der Redaktion entsprechen – Haftung ausgeschlossen! Wir behalten uns vor, Artikel zu kürzen bzw. Passagen umzuschreiben. Keine Haftung für unangefordert eingesandte Manuskripte. Titelfoto: Sabine Galler, Baska/Krk/Kroatien ©sabigal 2015

Das Redaktionsteam: Sabine Galler, Gabriele Hafner, Dr. Joe Ebner, Dr. Hans Rezac;

Gendererklärung: Wir weisen darauf hin, dass wir zur leichteren Lesbarkeit manchmal für personenbezogene Bezeichnungen die männliche Form verwendet haben, dies jedoch keinesfalls als Diskriminierung oder Verletzung des Gleichheitsgrundsatzes gemeint ist.

Vorwort

Liebe Leserinnen!
Liebe Leser!



Am 8. April 2016 veranstaltete die Patientenorganisation „Parkinson Selbsthilfe Österreich-Dachverband“ (PSHÖ-DV) die 1. Parkinson Benefiz Gala in Wien, im wunderschönen Ambiente des Parkhotels Schönbrunn.

Diese Charity-Veranstaltung diente sogleich der Öffentlichkeits- und Informationsarbeit, um auf mehr Verständnis, Akzeptanz und Achtsamkeit hinzuweisen.

Mir ist es persönlich ein Anliegen, über die Krankheit „Morbus Parkinson“ verstärkt in der Öffentlichkeit zu diskutieren, bzw. aufzuklären
Zum einen, um ein „vorgefasstes Bild“ über diese Erkrankung zu korrigieren, denn Parkinson ist nicht nur „alt & männlich“ – Parkinson ist auch „jung & weiblich“
Zum anderen ist es die Aufgabe des DV PSHÖ über die vielen Facetten von M Parkinson auf zu klären:

Mit der Unterstützung aus Politik, Gesellschaft und Wirtschaft versuchten wir bei der Gala einen großen Teil unserer Mitmenschen zu erreichen.

„Was Morbus Parkinson ist, kann man nachlesen, jedoch wie man sich als Parkinsonpatient fühlt, dies können nur wir Betroffene erzählen“ – wie es sich anfühlt:
wenn der Körper zittert, wenn das Gangbild sich verlangsamt,
wenn man sich nicht mehr von der Stelle bewegen kann, oder wenn man gewisse Süchte entwickelt....
Das Alles kann Morbus Parkinson sein, und - es kann Jeden treffen!

Unser Ziel ist die Sensibilisierung der Öffentlichkeit, damit wir Parkinson-Betroffenen unsere Würde behalten können.

Wir wollen unsere Erfahrungen weitergeben, weil wir überzeugt sind, dass es wichtig und richtig ist, sich gegenseitig zu helfen.
Wer, wenn nicht Betroffene selbst können über ein Leben mit Morbus Parkinson aufklären.
Die Selbsthilfe spielt dabei eine wichtige Rolle.

Liebe Grüße

Gabriele Hafner

Präsidentin der
Parkinson Selbsthilfe Österreich

Ich möchte mich bei Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, herzlich für Ihre persönliche Spende, zur Unterstützung unseres Magazins bedanken. Jeder Euro trägt zur Aufrechterhaltung des Parkinson Magazins bei. **DANKE!**

Pillendosen!

Sie sind rund, eckig, klein, groß, zu einem Turm gestapelt, mit Klappdeckel, mit Schiebedeckel, zweigeteilt oder mit mehreren Abteilungen. Es gibt sie mit schönen Verzierungen, mit kunstvollen Abbildungen auf dem Deckel und auch mit Digitaluhr und Erinnerungsfunktion... und trotzdem (oder deswegen?) findet man nur selten die passende.



Pillendosen oder Tablettenboxen, wie sie auch genannt werden, sind in Apotheken, beim Bandagisten, in speziellen Drogerien und im Internet Versandhandel zu bekommen. Anfangs, wenn man noch sehr wenige Tabletten nehmen muss, ist es einfach eine zu finden. Da kann man sie noch nach dem Design aussuchen! Ich hatte eine wunderschöne kleine, goldfarbene Dose mit einem Bild von Egon Schiele auf dem Deckel. Sie war in 3 Kammern geteilt und für mich genau richtig. Irgendwann kam die Zeit, wo ich mich nach einer anderen Dose umsehen musste. Ideal wäre eine für sieben Tage mit sechs Abteilungen pro Tag. So etwas scheint es allerdings nicht zu geben. Ich habe gesucht, gefragt, bestellt... ohne Erfolg.



Aber ich bin ja gut im Improvisieren und habe mir meine spezielle Pillendose sozusagen „erfunden“. Ich habe mir sieben Einzeldosen mit 6facher Abteilung gekauft, die Innenfächer mit den Einnahmezeiten beschrieben, die Außenseite mit dem jeweiligen Wochentag! Dann ging ich auf die Suche nach einer Box, in der die sieben „Kleinen“, Platz hatten. Das war gar nicht so einfach. Aber schließlich fand ich in einem Billigshop eine Blechdose, die ganz genau die richtigen Maße hatte. Jetzt kann ich meine Medikamente für eine ganze Woche vorsortieren, bei kurzen Reisen einfach die Tagesboxen und bei längeren Reisen die ganze Wochenbox einpacken. Und wenn ich nicht unterwegs bin, habe ich auch zu Hause alle Medikamente griffbereit.



Liebe LeserInnen – wie geht es Ihnen damit? Haben Sie die passende Dose gefunden, oder suchen Sie noch? Ist das für Sie überhaupt wichtig? Hat jemand von Ihnen das „Nonplusultra“ entdeckt? Dann lassen Sie uns doch bitte Teilhaben und berichte Sie uns und den anderen Lesern davon.

Kontakt unter dachverband@parkinson-oesterreich.at

Sabine Galler

Produktfotos: Amazon und Ebay

Das war die 1. Österreichische Parkinson Benefiz Gala

Idee und Vorbereitung

... und die gute Fee hob ihren Zauberstab, ließ ihn durch die Luft kreisen und sprach: „Simsalabim!“. Da funkelte und leuchtete es plötzlich und eine Kiste voller Gold stand auf dem Tisch.

So einfach geht das im Märchen! Doch wir leben nicht bei den Gebrüdern Grimm oder bei Hans Christian Andersen, sondern in der Realität. Und obwohl wir „Schüttellähmung“ haben, können wir das Geld nicht aus dem Ärmel schütteln. Wir müssen also etwas tun!

Bei einem Ballbesuch hatte unsere Präsidentin Gabriele Hafner das seltene Glück, das Ehepaar Herta Margarete und Sandor Habsburg – Lothringen kennen zu lernen, Man war sich sympathisch, man



unterhielt sich über alles Mögliche und natürlich auch über die Parkinson Selbsthilfe. Irgendwann im Laufe dieses Abends wurde dann die Idee, eine Benefiz Gala zu veranstalten, geboren.

Von der Idee waren wir sofort begeistert – wieviel harte Arbeit hinter der Organisation steckte, merkten wir auch sehr rasch. Wir planten und

entwarfen, wir erstellten und berieten, wir besprachen und, und, und ... Schließlich standen Ort und Programm fest und wir konnten damit beginnen, Einladungen rauszuschicken. Bei einem Vorgespräch mit Presse, Künstlern und Beratern, wurden noch letzte Details besprochen. Der 8. April konnte kommen – wir waren bereit!

Die Veranstaltung

Es war spannend - die letzten Vorbereitungen wurden getroffen. Das Personal im Parkhotel Schönbrunn erledigte alles souverän. Der Saal war wunderschön gedeckt und dekoriert, die Musiker machten einen letzten Soundcheck, die Gästeliste wurde noch einmal kontrolliert – und es ging los.

Die ersten Gäste wurden begrüßt, fremde Hände geschüttelt, Freunde und Bekannte umarmt – und als alle Anwesenden ihren Platz eingenommen hatten, eröffnete der Moderator „Rudi von Lockenhaus“ diesen Abend. Von einem Fanfare-Bläser begleitet, betrat der Troubadour den Festsaal standesgemäß, wie es sich für den Minnesänger von der Burg Lockenhaus, gehörte. Mit Wortwitz und Elan führte er die Begrüßung durch und hieß die Gäste -in Reimform- herzlich willkommen.



Die Sopranistin Elisabeth Pratscher und die Mezzosopranistin Elisabeth Fruhmann begannen ihren Operettenquerschnitt mit dem sehr bekannten Lied „Ich lade gern mir Gäste ein!“ aus der „Fledermaus“. Und das passte ja perfekt.



Gabriele Hafner, Präsidentin des Parkinson Selbsthilfe Österreich Dachverbandes hielt eine Rede, in der sie aufzeigte, was der Dachverband in der österreichischen Selbsthilfeszene schon erreicht hat, und noch erreichen möchte.



Auch die Schirmherrin, Herta Margarete Habsburg-Lothringen, zeigte ihr Interesse an unserer Arbeit und würdigte diese in einer Ansprache. Ein bewegender Moment: Ihre Hoheiten Herta Margarete & Sandor Habsburg - Lothringen überreichten der Präsidentin Gabriele Hafner die Erinnerungsplakette "HABSBURG - Flame of Peace" für vorbildlichen Einsatz dem Nächsten gegenüber" - so steht es auf der Urkunde!

Zusammen mit der Firma Abbvie hat der Dachverband vier Trickfilme gemacht, die im Laufe dieses Gala - Abends den interessierten Gästen präsentiert wurden. Mit diesen Filmen sollen unsere Mitmenschen in der Öffentlichkeit für unsere Krankheit sensibilisiert werden und somit Parkinsonbetroffene verstehen lernen. Mehr über dieses Filmprojekt finden Sie in einem extra Artikel hier in diesem Magazin.



Das Buffet - mit Köstlichkeiten aus Österreich – wurde von allen Anwesenden begeistert angenommen. Eine gute Flasche „Parkinson Benefiz Wein“ (ein Zweigelt 2012 aus Lutzmannsburg Weingut Toth) wurde zum Kauf angeboten und auch einen „Benefiz Frizzante“ konnte man käuflich erwerben.



Die Gruppe „Jump the curb“ unterhielt uns mit toller Musik aus den 40iger und 50iger Jahren und viele Gäste schwangen ihr Tanzbein zu diesem mitreißenden Sound.



Wie man auf den vielen Fotos klar erkennen kann, war dieser Abend ein voller Erfolg – für die Gäste, für die Künstler und für die Veranstalter.

Resümee

Viele Stunden später saßen wir müde, aber glücklich zusammen und ließen die vergangene Nacht revuepassieren. Die 1. Österreichische Parkinson Benefiz Gala war vorbei. Es war eine beeindruckende Charité Veranstaltung, die Gäste fühlten sich sehr wohl, das Buffet war exzellent, die Musik passte wunderbar in diesen herrlichen Rahmen – und weil ich im Gesicht von Franz, unserem Kassier, ein zufriedenes Lächeln sah, das gar nicht mehr weggehen wollte -- wusste ich, dass sich die viele Arbeit gelohnt hatte! Voll mit wunderbaren Eindrücken und mit dem herrlichen „Blumen Duett“ aus Lakmè von Delibes auf den Lippen, verließ ich wenig später Wien.



All jenen, die nicht dabei sein konnten, können wir an dieser Stelle sagen: „Ihr habt etwas verpasst, aber ein Event dieser Art werden wir bestimmt wieder veranstalten.“

Vielleicht schon im nächsten Jahr!

von links: Dr. Ebner, Herta Margarete Habsburg-Lothringen, Gabi Hafner, Sabine Galler und Sandor Habsburg-Lothringen

Sabine Galler

Fotos © PSHÖ-DV

Und wie hat es den Gästen gefallen?



Es war ein sehr gemütlicher Abend! Das Programm wurde in einem stilvollen Rahmen präsentiert und das ausgezeichnete Buffet war sehr schmackhaft. Ihr habt das sehr gut gemacht – Danke!

Sonja Schlemmer



Sowohl als Gast als auch als Mitwirkende im musikalischen Rahmenprogramm, habe ich diese 1. Parkinson-Benefiz-Gala sehr genossen. Es ist schon etwas Besonderes, wenn in so einem Rahmen auch noch so etwas wie familiäre Stimmung aufkommt. Diesen Spagat zu schaffen, ist nicht leicht. Und es ist dennoch gelungen. In mir hat die Gala eine Veränderung im Umgang mit Betroffenen bewirkt und ich bin dankbar, dass dies auf eine so unterhaltsame Weise geschehen ist. Auch im Namen meiner Band „JUMP THE CURB“ möchte ich mich für die Einladung und die Organisation bedanken. Ich komme gerne wieder.

Ein herzlicher Gruß, Tanja Lipp



„Ein wundervoller, aufschlussreicher und informativer Abend in einem tollen Ambiente. Herzlichen Dank für die Einladung. Wir haben uns sehr wohl gefühlt und uns auch aufgrund des kurzweiligen Rahmenprogramms sehr gut unterhalten.“

Herbert und Christine Stachowicz



Der großartigen Initiative der österreichischen Parkinson Selbsthilfe/ Dachverband unter der Präsidentschaft von Gabi Hafner und ihrem engagierten Team, ist das Zustandekommen dieses beeindruckenden, berührenden und äußerst informativen Benefizabends zu verdanken. Unter der Schirmherrschaft von Herta und Sandor Habsburg-Lothringen konnten sich alle Gäste ein Bild dieser Krankheit machen, Betroffene fanden Gelegenheit zu wichtigem Gedanken- und Erfahrungsaustausch. Mittels eines professionellen Klipps wurde über die verschiedenen Symptome der Krankheit Morbus Parkinson aufgeklärt. Nach dem tollen, reichhaltigen Buffet fand dieser Abend bei mitreißendem Swing & Jazz ein beschwingtes Ende. Ich gratuliere allen Beteiligten für diesen sehr gelungenen Benefizabend und wünsche weiterhin viel Kraft und Erfolg bei ihrer wertvollen ehrenamtlichen Arbeit!

Maria Mazakarini



Eine tolle Veranstaltung, mit einem vielfältigen, abwechslungsreichen Programm, von hervorragender Musik, Information bis hin zur Präsentation eines "Parkinson Benefiz" Weines.

Die Aufklärungskampagne gegen die Stigmatisierung von Parkinson Erkrankten war besonders informativ.

Ich gratuliere der Präsidentin Gabriele Hafner und ihrem Team zur wirklich gelungenen Premiere.

BM aD NR Niki Berlakovich



Gehirnjogging



Lösung im hinteren
Teil des Magazins

Teil des Mundes	den Job betreff.	Halbton unter E	sehr schneller Fahrer	▼	Senn, Hirt	die Federn aufsträuben	Kiefernart	▼	österr. Biologe (Gregor, + 1884)
▶	▼	▼	▼			▼	▼		Stadt im Pinzgau (... am See)
▶					Hauptstadt von Oberösterreich	▶			
Ölpflanze		Zeiteinheit	▶						
Gestade	▶				kleine Deichschleuse	▶			
ein Leichtmetall (Kurzw.)		Kröte		Platzierung b. Wettkampf	Titelfigur bei Schiller	▶			
▶		▼	Segeln: 'Wendel'	▶			Eselsruf	Abkürzung: Sainte	alte frz. Fünfcentimes-Münze
Kanten, Winkel (Mz.)			Entfernen eines Hauses	▶			▼	▼	▼
▶					westl. Verteidigungsbündnis	▶			
Vorn. d. Sängers Schneider	▶					viel Geld (ugs.)	▶		

OH, DEIN VERLOBTER STOTTERT JA!

KEIN PROBLEM – WENN WIR VERHEIRATET SIND, HAT ER SOWIESO NICHTS MEHR ZU SAGEN!

BIST DU VERRÜCKT?

ABER DU HAST DOCH GESAGT DAS WIR AUF DIESER KREUZFAHRT DEN STRESS ÜBER BORD WERFEN SOLLEN!

DAS WAR MEINE MUTTER!

SCHATZ, HAST DU LUST AUF SPAZIERENGEHEN?

JA, GERNE!

DANN BRING DOCH AUF DEM RÜCKWEG BIER MIT!

GEHEN ZWEI ZAHNSTOCHER AUF DER STRASSE – KOMMT EIN IGEL VORBEI. SAGT DER ERSTE ZAHNSTOCHER ZUM ZWEITEN: „ICH WUSSTE GARNICHT DAS HIER EIN BUS FÄHRT!“

In diesem Suchrätsel sind 17 Wörter versteckt.
Die Wörter sind: 1. DESINFIZIATIONSMITTELSPRAY 2. ENTZÜNDUNGSPARAMETER 3. PATIENTENAUFKLEBER 4. SERUMUNTERSUCHUNG 5. BLUTABNAHMESYSTEM 6. BLUTBILDRÖHRCHEN 7. LEUKOZYTENZAHL 8. STAUSCHLAUCH 9. BLUTRÖHRCHEN 10. LABORZETTEL 11. HANDSCHUH 12. GEFÜLLTEN 13. RÖHRCHEN 14. PFLASTER 15. BLUTBILD 16. TUPFER 17. KANÜLE



Z	X	F	S	S	T	A	U	S	C	H	L	A	U	C	H	Z	G	N	C	Z	R	A	O
G	E	F	Ü	L	L	T	E	N	C	C	B	L	U	T	R	Ö	H	R	C	H	E	N	U
H	B	H	J	B	L	U	T	B	I	L	D	H	L	A	B	O	R	Z	E	T	T	E	L
Y	Z	P	A	T	I	E	N	T	E	N	A	U	F	K	L	E	B	E	R	K	H	E	E
Q	K	K	S	I	Q	F	E	H	A	N	D	S	C	H	U	H	P	C	L	X	G	U	J
H	X	Q	Q	L	C	O	S	X	L	E	U	K	O	Z	Y	T	E	N	Z	A	H	L	V
A	O	E	N	T	Z	Ü	N	D	U	N	G	S	P	A	R	A	M	E	T	E	R	X	L
R	N	N	M	J	K	H	R	Ö	H	R	C	H	E	N	T	U	P	F	E	R	B	G	Z
B	K	J	M	E	M	G	Q	O	E	P	F	L	A	S	T	E	R	Y	R	N	K	C	U
D	E	S	I	N	F	E	K	T	I	O	N	S	M	I	T	T	E	L	S	P	R	A	Y
S	E	R	U	M	U	N	T	E	R	S	U	C	H	U	N	G	L	T	P	V	A	F	B
C	I	D	A	N	R	B	L	U	T	A	B	N	A	H	M	E	S	Y	S	T	E	M	O
B	L	U	T	B	I	L	D	R	Ö	H	R	C	H	E	N	K	A	N	Ü	L	E	V	C

Reisen mit Parkinson

Walter Pirker, Wilhelminenspital der Stadt Wien



Die Diagnose einer Parkinson-Krankheit löst bei Betroffenen häufig die Sorge vor starken Einschränkungen in der täglichen Lebensführung aus: Wie lange werde ich meinen Beruf ausüben können? Wie lange werde ich selbständig sein? Darf ich nun nicht mehr Autofahren? Oder eben auch: Kann ich als Parkinson-Kranker überhaupt noch auf Reisen gehen?

Zumindest in frühen Krankheitsstadien ist all dies bei guter medikamentöser Einstellung und aktivem Umgang mit der Erkrankung in den allermeisten Fällen möglich. Der Rat an diese Patientinnen- und Patientengruppe daher: Lassen Sie sich von der Krankheit nicht zu sehr einschränken. Leben Sie gesund, aber sonst machen Sie, was Sie auch früher gerne gemacht hätten! Dazu gehört bei den meisten Menschen auch das Reisen. Selbst in mittleren und fortgeschrittenen Krankheitsstadien sind Reisen, dann eben mit Unterstützung und vielleicht in beschränktem Umfang, möglich.

Wichtig ist allerdings gute Vorbereitung. Im Weiteren einige Tipps, die Ihnen bei der Vorbereitung und Durchführung einer Reise als Parkinson-Betroffene/r hilfreich sein könnten:

1. Bevor Sie an eine Reise in heiße Länder denken:

- Halten Sie Hitze körperlich gut aus?
- Reagieren Sie empfindlich auf Überhitzung?
- Bedenken Sie, dass das Risiko für Reisedurchfallerkrankungen im Süden erheblich ist. Durchfall kann die Aufnahme von Medikamenten durch die Darmschleimhaut beeinträchtigen und zu allgemeiner Entkräftung führen.
- Vertragen Sie stark klimatisierte Räume?

Bei Problemen mit der Verträglichkeit von Hitze ist an Reiseziele in gemäßigteren Zonen zu denken. Muss es immer das Rote Meer sein? Denken Sie daran, wie schön Österreich ist!

2. Vor einer Reise in den hohen Norden oder im Winter:

- Halten Sie starke Kälte gut aus?

Bei Gruppenreisen oder Reisen mit ehrgeizigem Besichtigungsprogramm sollten Sie bedenken:

- Wie weit ist üblicherweise Ihre tägliche Gehstrecke?
- Haben Sie versucht Ihre maximale Gehstrecke an mehreren Tagen hintereinander zu bewältigen oder sind Sie nach einem längeren Ausflug am Folgetag zu erschöpft, um das Haus zu verlassen?
- Halten Sie große Menschenansammlungen gut aus? Löst dies vielleicht Klebenbleiben beim Gehen (Freezing) aus?
- Wie häufig müssen Sie auf die Toilette?
- Wird Ihre Parkinson-Symptomatik in Stress-Situationen schlechter?

In diesen Fällen wäre vielleicht ein weniger anstrengendes Reiseprogramm zu empfehlen.

Stellen Sie sich schon vor Planung der Reise, wenn Sie Ihre betreuende Ärztin/Ihren betreuenden Arzt nicht regelmäßig besuchen, für eine Kontrolle vor. Im Zuge der Kontrolle sollten folgende Fragen geklärt werden:

- Entspricht die medikamentöse Einstellung noch Ihrem Krankheitsstadium?

- Ist für die Reise eine Medikamentenumstellung erforderlich, z.B. vor einem Schwimmlauf eine Umstellung von einer Pflastertherapie auf ein Medikament zum Schlucken?
- Gibt es gesundheitliche Probleme, die vor der Abreise gelöst werden sollten?
- Sind Ihre Impfungen, die Sie vor Erkrankungen zu Hause schützen sollten wie z.B. Grippe, Pneumokokken, Tetanus, Polio, FSME, Hepatitis etc. noch aktuell oder ist eine Auffrischung fällig? Bedenken Sie, dass der Impfschutz im Alter rascher abnehmen kann als bei Jüngeren.
- Werden für das Reiseziel weitere Impfungen benötigt?
- Sind Sie leistungsfähig genug für das ins Auge gefasste Reiseziel?
- Leiden Sie in bestimmten Situationen unter starkem Blutdruckabfall, der sich durch Schwindel, Schwarzwerden vor den Augen, Ohnmachtsgefühle oder Ohnmachtsanfälle bemerkbar macht? Eine sogenannte orthostatische Hypotension (Blutdruckabfall nach dem Aufstehen) kann durch Einhalten von Verhaltensmaßnahmen und Medikamente häufig deutlich gebessert werden.

Wenn medizinisch nichts gegen eine Reise spricht und Sie keine aktuellen schriftlichen Befunde haben, ersuchen Sie Ihre Fach- oder Praktische Ärztin/Ihren Arzt vor der Abreise um Folgendes:

- Eine aktuelle Liste der gesamten Medikation. Bei Reisen ins Ausland sollte diese Liste neben dem Handelsnamen idealerweise immer auch den Wirkstoffnamen des Medikaments enthalten.
- Eine Liste Ihrer aktuellen relevanten Erkrankungen
- Für längere Reisen in nicht-Deutsch-sprachige Länder empfiehlt sich für Betroffene mit fortgeschrittener oder komplizierter Erkrankung ein ganz kurzer englischsprachiger Befund



- Bei einer länger als einen Monat dauernden Reise ins Ausland sollten Sie für ausreichend Medikamente vorsorgen. Ihr Arzt kann Ihnen vor Reisen ein Rezept für größere Medikamentenmengen ausstellen. Dieses muss den Hinweis „Medikamentenvorrat für Auslandsaufenthalt über x Monate“ enthalten und vom chefarztlichen Dienst Ihres Versicherungsträgers bestätigt werden.
- Klären Sie bei Reisen in andere Zeitzonen mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt von vornherein ab, wie Sie eine Verschiebung des Tagesrhythmus überbrücken werden bzw. wie Sie Ihre Medikamenteneinnahmen verschieben werden.

Bedenken Sie, dass nicht alle diese angeführten Leistungen Ihrer Ärztin/Ihres Arztes durch die Versicherungsträger abgegolten werden.

Für Betroffene mit Pumpentherapien oder tiefer Hirnstimulation

- Haben Sie einen aktuellen Patientenausweis für die Pumpe bzw. Ihren Neurostimulator? Wenn nicht, lassen Sie sich vor der Abreise einen Ausweis von Ihrem betreuenden Zentrum ausstellen.

Beim Buchen:

- Entspricht die Unterkunft Ihren Bedürfnissen?
- Benötigen Sie ein behindertengerechtes Zimmer oder eine behindertengerechte Toilette?
- Wie viele Stufen schaffen Sie gut?
- Benötigen Sie einen Lift? Oder wäre ein Zimmer im Erdgeschoss sinnvoller?
- Schwerer Betroffene sollten auch in Erfahrung bringen, wo das nächstgelegene Krankenhaus ist und wo eine Neurologin bzw. ein Neurologe praktiziert.

- **Für Flugreisen:** Bedenken Sie, dass ein Direktflug viel weniger beschwerlich ist als ein Flug mit wiederholten Transfers. Denken Sie, falls erforderlich, frühzeitig an die Buchung eines Rollstuhls und reservieren Sie sich eher einen Sitzplatz am Gang.

Denken Sie an die Versicherungen! Die Kreditkartenunternehmen decken diesbezüglich viel weniger ab als in der Vergangenheit.

- Schließen Sie unbedingt eine Reisetorno-Versicherung ab! Für sich und Ihre Angehörigen! Es kann gesundheitlich immer was dazwischenkommen.

- Schließen Sie bei Auslandsreisen eine Reise-Rückholversicherung ab!

- Schließen Sie bei Reisen außerhalb der EU unbedingt eine Reisekrankenversicherung ab!

Beim Packen:

- Vergessen Sie neben Ihren Reisedokumenten nicht Ihre e-Card und andere Versicherungskarten!

- Vergessen Sie nicht Ihre Medikamente, Ihre Medikamentenliste und unverzichtbare Befunde!

- Führen Sie im Fall von Flugreisen einen Teil der Medikamente im Handgepäck, damit Sie für 3-5 Tage versorgt sind, falls Ihr Gepäck verloren geht.

- Führen Sie immer eine Trinkflasche für die Medikamenteneinnahme mit sich.



Betroffene mit tiefer Hirnstimulation sollten Ihren Patientenausweis bei der Sicherheitskontrolle vorweisen, dann sollten Sie diese problemlos passieren können. Geben Sie vorab bekannt, falls Sie gekühlte Medikamente oder Spritzen (z.B. Apomorphin) mit sich führen. Denken Sie an Befunde und Medikamentenliste!

Patientinnen mit schwerer Gehbehinderung sollten daran denken, für die Wege am Flughafen bzw. für andere Transfers einen Rollstuhl zu buchen. Dies kann Ihnen ev. unangenehme Situationen in Warteschlangen ersparen.

Während längerer Bus-, Flug- oder Bahnreisen: Bewegen Sie immer wieder Ihre Beine und stehen Sie ab und zu auf, um Thrombosen vorzubeugen und im Schwung zu bleiben.

Und schließlich für den Aufenthalt: Nehmen Sie sich nicht zu viel vor! Passen Sie Ihr Tempo Ihren Möglichkeiten an. Wenn Sie langsam sind, planen Sie einen längeren Aufenthalt ein. Vermeiden Sie von vornherein Stress. Planen Sie genug Zeit für Erholung, Körperpflege, Entspannung, ausgleichende Bewegung etc. ein. Spezielle Hotels und Reiseveranstalter bieten während des Aufenthalts auch Physiotherapie. Leben Sie gesund, wie Sie zu Hause gesund leben sollten inkl. ausreichendem Trinken und ausgewogener Ernährung.

Weitere hilfreiche Tipps fürs Reisen finden Sie auf den folgenden Internet-Seiten:

www.parkinson-oesterreich.at

<http://www.leben-mit-parkinson.de/alltag/thema-des-monats/reisen/>

<https://www.fit-for-travel.de/risikogruppe/parkinson/>



Bleibt mir nur Ihnen einen wunderschönen Sommer und eine gute Reise zu wünschen!

Ihr Prof. Walter Pirker

Die Wiener Linien und der Österreichische Behindertenpass

Wenn das Mädchen vom Land in die große Stadt Wien kommt, dann immer mit dem Behindertentarif der ÖBB - einem Halbpresticket, dessen Anspruch mit dem Österreichischen Behindertenpass nachgewiesen werden muss. Um ans endgültige Ziel zu kommen, fährt sie dann meist mit der U-Bahn weiter. An und für sich wäre das kein Problem, wäre der Tarifdschungel etwas übersichtlicher. Deshalb hat sie sich vorher im Internet schlau gemacht und auf der Seite der Wiener Linien recherchiert.

Boah, das Mädchen vom Land staunte nicht schlecht – es gibt sage und schreibe 35 unterschiedliche Tickets (unglaublich, oder?). Ich bin mir nicht sicher, ob sich die Wiener damit zurechtfinden, ohne studiert zu haben. Das Mädchen vom Land hatte da so seine Probleme! Denn trotz der großen Auswahl fand das Mädchen nichts, was zu ihrer Situation passen würde. Sie wollte sich also vor Ort informieren und fuhr nach Wien/Hauptbahnhof – mit einem Ticket der ÖBB zum halben Preis (österreichischer Behindertenpass mit dem Eintrag „kann die Fahrpreisermäßigung in Anspruch nehmen“ oder mindestens 70% Behinderung)

Vor den Ticketautomaten standen viele Leute an und sie sah so manches ratlose Gesicht. Sie machte einen großen Bogen um die Automaten, denn sie wollte sowieso ins Info Center. Dort wandte sie sich an den Beamten am Schalter:



„Guten Morgen, ich finde mich mit den Tickets nicht zurecht. Gibt es kein Ticket für behinderte Menschen?“

„Sie können einen normalen Einzelfahrschein kaufen!“

„Der gilt bei uns nicht!“

„Gibt es keine Ermäßigung? Ich habe den Österreichischen Behindertenpass.“

„Der Österreichische Behindertenpass gilt hier nicht? Er gilt in ganz Österreich!“



„Nein, nicht in Wien. Aber sie können eine Begleitperson gratis mitnehmen!“

Ok, eine Begleitperson hat sie nicht.... also gibt es auch keine Ermäßigung. Aber – sie gibt noch nicht auf, denn sie ist ja wegen der Behinderung berufsunfähig und deshalb in Pension....

„Nein, für Pensionisten gibt es keine Ermäßigung. Nur für Senioren.“ Sie ist noch weit weg vom Seniorenalter - also auch hier voll zahlend.

Es ist wirklich schade! Überall sonst bekommt sie durch ihre Behinderung einen günstigeren Tarif – aber leider in Wien nicht. Wien ist anders! Ja, das stimmt.

Auf meine Anfrage per mail schreiben die Wiener Linien folgendes:

“ Wir bieten keine Ermäßigungen für behinderte Menschen an. Auch gibt es für MindestpensionistInnen, die keinen Hauptwohnsitz in Wien haben, keine Vergünstigungen.

Zitat Ende. Dieser kurzen Mitteilung folgt noch ein langer Anhang an Service - Nummern und jede Menge „Kleingedrucktes“!

Das Mädchen vom Lande ist nur eine von vielen Behinderten, die öfters in die Bundeshauptstadt (ins AKH) fahren müssen. Wäre es nicht schön, wenn die Wiener Linien zu ihren 35 Ticketmöglichkeiten noch ein weiteres Ticket einführen würden? Einen Tarif mit Ermäßigung bei Behinderung? Auf ein 36. Tarifmodell käme es ja nicht mehr an, oder?

Sabine Galler

.. auch das ist SELBSTHILFE



Probleme in der Küche durch fehlende Kraft und eingeschränkte Feinmotorik? Dann weg mit dem Messer – her mit der Schere! Ich schneide mittlerweile ganz viele (weiche) Lebensmittel mit der Schere. Obst für Obstsalat, Fisolen, Stangensellerie, Kräuter, Mozzarella in Würfel, Fischfilets für Heringsalat und vieles mehr. Mit einer Schere geht alles ohne Kraftaufwand, und auch der Tremor macht keine Schwierigkeiten. Probieren Sie es einmal aus!

Teil des Mundes	den ich berührt	Halbton unter E	sehr geringe Zahlen	A	Sehr Hart	Für Federn aufstrahlen	Sieferart	M	sternförmige Löcher
	O	B	E	R	L	I	P	P	E
	S	E	S	A	M		L	I	N
Obstglatze	R		S	E	K	U	N	D	E
Getränke	U	F	E	R		S	I	E	L
ein leicht magra (Pancake)	F	K	R		T	E	L	L	
	A	L	Ü		R	E	E		
Kartens (Wahrscheinlich)	I	N		A	B	R	I	S	S
	E	C	K	E	N		N	A	T
Wort d. Sagen (Sagen)	H	E	L	G	E		H	E	U

Auflösung

„Du, Papi, da drüben steht eine Wooge.“
 „Das ist keine Wooge, das ist eine Waage.“
 „Papi, darf ich mich mal waagen?“
 „Das heißt nicht waagen, das heißt wiegen.“
 „Papi, Papi, jetzt habe ich mich gewiegt!“
 „Das heißt nicht gewiegt, sondern gewogen.“
 „Siehst du Papi, dann steht da doch eine Wooge!...“

In Bewegung bleiben

Übungen im Wasser



Bewegung im Wasser – dazu zählt nicht nur das Schwimmen, sondern auch folgende Übungen, die der Muskulatur gut tun. Legen Sie die Arme auf Luftkissen, strecken Sie sie zur Seite hin aus und gehen Sie mit den Armen in einem weiten Halbkreis nach vorne. Und wieder zurück in die Ausgangsstellung. Wiederholen Sie diese Übung mindestens 10 x



Auch die Oberschenkelmuskulatur braucht Dehnung, gleichzeitig bessert diese Übung die Rumpfhaltung. Spreizen Sie ein Bein mit Hilfe der Pool-Nudel seitlich ab und bleiben Sie auf dem anderen Bein stehen. Bei Gleichgewichtsproblemen können Sie sich auch am Beckenrand festhalten.



Die Körperhaltung lässt sich verbessern und das Gleichgewicht wird gleichzeitig geschult, wenn Sie zwischendurch immer wieder auf Zehenspitzen stehen und gehen.



Lassen Sie sich auf dem Wasser treiben – die Arme können durch Schwimmkissen unterstützt werden. So fördern Sie Ihre Körperwahrnehmung, Ihre Körperkontrolle und Sie können bei dieser Übung auch richtig entspannen!

Gerade jetzt im Sommer gibt es oft die Möglichkeit, diese Übungen umzusetzen. Egal ob Schwimmbad, Meer oder See – bewegen Sie sich, denn das tut Ihnen gut!

Quelle: www.gesundheitstrends.de

5 Jahre Sehschule in der Klinik Pirawarth



Im Dezember 2010 wurde mit der Einstellung einer Orthoptistin und der Eröffnung der Sehschule das Angebotsspektrum für die

PatientInnen der Klinik Pirawarth um einen wesentlichen Bereich erweitert. OrthoptistInnen sind Fachkräfte aus der Sparte der gehobenen medizinisch-technischen Berufe. Ihre Tätigkeit besteht in der Prävention, Diagnostik und Therapie von Störungen des Einzelauges (Pleoptik) sowie von Störungen im Zusammenwirken beider Augen. Verursacht werden diese Beeinträchtigungen der Sehfunktion z.B. durch Schielen, Sehschwäche, Doppelbilder, Augenzittern, Augenmuskellähmungen oder zentrale Sehstörungen nach Unfällen oder bei Erkrankungen.

Die Klinik Pirawarth zählt zu einer der wenigen Rehabilitationseinrichtungen in Österreich, die über eine eigene Sehschule verfügen. In den vergangenen 5 Jahren wurden fast 800 PatientInnen in unserer Sehschule behandelt bzw. betreut. Im Rahmen eines an der Klinik Pirawarth laufenden Schwerpunktprogramms zum Thema „Morbus Parkinson“ gestaltete unsere Orthoptistin, Frau Sandra Müller, auch einen Beitrag über „**Sehstörungen bei Morbus Parkinson**“. Bei Morbus Parkinson handelt es sich um eine fortschreitende Erkrankung des Nervensystems. Zu den Hauptsymptomen zählen Bradykinese (Bewegungsarmut), Rigor (Muskelsteifigkeit), Tremor (Ruhezittern) und posturale Instabilität (Haltungsinstabilität). Im Laufe der Erkrankung können u.a. kognitive Beeinträchtigungen, diverse vegetative Störungen wie auch Sehstörungen auftreten.

Sehstörungen, die bei Parkinson-PatientInnen auftreten können, werden in altersbedingte, medikamenteninduzierte und parkinson-assoziierte Sehstörungen unterteilt. Zu den häufigsten



altersbedingten Sehstörungen zählen: Altersweitsichtigkeit (Presbyopie), grauer Star (Cataract), Glaskörpertrübungen, Grüner Star (Glaukom) und Netzhauterkrankungen. Diese Sehstörungen können durch den Augenarzt abgeklärt werden. Einige Parkinson-Medikamente zeigen Nebenwirkungen, die sich auch auf das visuelle System auswirken können. Hierzu zählen beispielsweise optische Halluzinationen. In diesem Fall ist eine Kontrolle beim zuständigen Neurologen wichtig, um die Medikamenteneinstellung entsprechend zu überprüfen und gegebenenfalls verändern zu können. Weitere Nebenwirkungen können Blendempfindlichkeit, Lidkrämpfe und Störungen der Akkommodation sein. Einige Präparate können sich auf den Augenruck auswirken – in diesem Fall ist eine regelmäßige Kontrolle beim niedergelassenen Augenarzt notwendig.

Zu den parkinson-assoziierten Sehstörungen zählen das „trockene Auge“, Störungen des Kontrast- und/oder Farbsehens, Doppelbilder, Probleme mit der Brille,

Lichtempfindlichkeit, Störungen der Hell-/Dunkeladaptation, Lidkrämpfe sowie Leseprobleme. Häufig ist eine Schwäche der Konvergenz zu beobachten. An Morbus Parkinson erkrankte Menschen haben während ihres Aufenthaltes in der Klinik Pirawarth die Möglichkeit, Sehstörungen in der Sehschule abklären zu lassen. Der orthoptische Befund beinhaltet die Testung des Sehvermögens, die Prüfung des Kontrastsehens und Farbsehens, die Überprüfung der Augenbeweglichkeit und Konvergenz sowie der beidäugigen Zusammenarbeit und des dreidimensionalen Sehens. Nach einer ausführlichen Diagnostik wird bei Bedarf eine orthoptische Therapie durchgeführt bzw. über die weitere Vorgehensweise beraten. Tipps bei trockenen Augen, Empfehlungen für die Wahl der richtigen Brille oder die Beratung hinsichtlich spezieller Filtergläser bei Vorliegen einer Kontrastsinnstörung werden von der Orthoptistin durchgeführt.

Bei Vorliegen von Doppelbildern kann die Anpassung einer Spezialfolie (Prismenfolie) notwendig werden, damit wieder alles einfach gesehen werden kann. In vielen Fällen ist die Durchführung einer orthoptischen Binokulartherapie zur Verbesserung der beidäugigen Zusammenarbeit indiziert und sinnvoll. Sehstörungen stellen in aller Regel zwar nicht das Hauptproblem bei Morbus Parkinson dar, eine Behandlung dieser Störungen kann den Alltag und die Lebensqualität der PatientInnen aber oft entscheidend verbessern.

Mag. Birgit Brenner-Walter
Abteilungsleitung Psychologie

Sandra Müller,
Orthoptistin

Fotos: Bad Pirawarth



PARKINSON BENEFIZ WEIN

mit dem Erwerb dieses speziellen Rotweins unterstützen Sie die Parkinson Selbsthilfe in Österreich

ZWEIGELT 2012

Weingut Toth, Lutzmannsburg, Burgenland

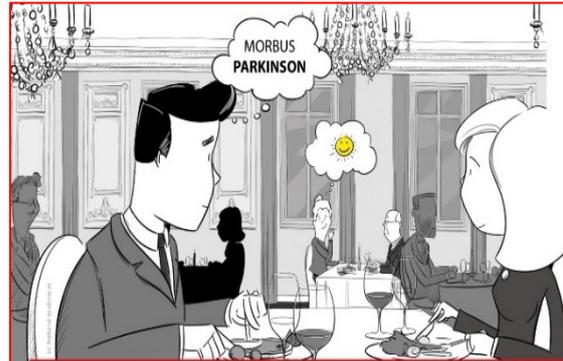
DANKE

Zu bestellen unter 0664 78 222 03 und
dachverband@parkinson-oesterreich.at

PSHÖ-DV und ABBVIE präsentieren:

Um die Öffentlichkeit für unsere Krankheit zu sensibilisieren, hat der Dachverband Parkinson Selbsthilfe Österreich zusammen mit der Firma ABBVIE, einen Aufklärungsfilm gemacht. Der Film ist in vier Sequenzen aufgeteilt, die jeweils ein Parkinson-Symptom aufzeigen und unseren Mitmenschen Tipps geben, darauf RICHTIG zu reagieren.

Auf www.parkinson-oesterreich.at und auf www.youtube.com können Sie sich die Filme ab sofort ansehen. Bitte erzählen Sie es auch in Ihrem Bekanntenkreis weiter- je größer die Verbreitung, desto größer die Aufklärung und das Verständnis für Parkinson-Betroffene – also für Sie, für mich, für uns!



Karten (die Szenen aus dem Film zeigen) wurden am Weltparkinsonstag verteilt und kamen überall sehr gut an. Viele Menschen sahen sich die Filme gleich auf ihrem Smartphone oder Tablet an und waren total überrascht, dass Parkinson so viele unterschiedliche Symptome haben kann.



Genau diese Reaktion ist es, die uns wieder einmal mehr als deutlich zeigt, dass Morbus Parkinson in der Öffentlichkeit noch immer nicht bekannt genug ist und Aufklärung sehr wichtig ist!

Die Sprecher der vier Clips sind übrigens auch Parkinson-Betroffene. Für Anna aus dem Burgenland und Franz aus Niederösterreich, war das eine neue, aufregende Erfahrung. Bis die Tonaufnahmen perfekt waren, hatten die Beiden nicht nur viel Arbeit, sondern auch viel Spaß.

Franz Schlemmer, MSc. Barbara Ranzenhofer (ABBVIE), Anna Ratz und Präsidentin Gabi Hafner



Was ist die richtige Dosis Fürsorge?

Die Betroffene

Es ist schön, wenn da jemand ist, der für mich da ist. Schon die Gewissheit, dass man eine Stütze hat, wenn man sie braucht, beruhigt. Tut einfach gut. Wenn er mir in die Jacke hilft, weil der Arm nicht mehr so beweglich ist. Wenn er für mich im Einkaufszentrum den Lift sucht, weil ich nicht auf die Rolltreppe steigen mag. Wenn er mir seinen Arm zum Festhalten gibt, damit ich die paar Stufen sicher hinunterkomme. Ja, das tut gut.

Aber er übertreibt es in letzter Zeit! Er entmündigt mich, macht mich zum Kleinkind. Wenn wir essen gehen, dann bestellt er für mich, einfach so, ohne zu fragen. Das mag ich nicht. Ich kann sehr gut selbst entscheiden, was ich essen möchte. Neulich, als die Kellnerin mein Schnitzel brachte, stand er auf, beugte sich über meinen Teller und begann das Fleisch kleinzuschneiden. Ich habe mich so geschämt. Habe ihn angezischt, dass er das lassen soll. Ich wäre am liebsten nach Hause gelaufen. Zum Geburtstag habe ich mir eine Jacke gewünscht. Ich habe sie ihm im Schaufenster der Boutique gezeigt, denn sie war ein Traum mit silberglänzenden Knöpfen und einem kleinen flotten Kragen... bekommen habe ich eine schrill—rote Kapuzenjacke mit Zippverschluss. Weil sie praktischer ist, sagte er. Ich habe den ganzen Tag nicht mehr mit ihm gesprochen. Ich lasse mir nicht vorschreiben, was ich anziehe! Ich bin kein Kind und er ist nicht mein Vater.

Seit einigen Tagen redet er davon, das Schlafzimmer umzugestalten. Spricht von höheren Betten mit elektrischem Antrieb zum Verstellen des Lattenrosts.... Ich will aus meinem kuscheligen Schlafzimmer kein Krankenzimmer machen... Ich will nicht! Nein! Ich will jeden Tag genießen, solange es möglich ist!

Der Angehörige

Ich versuche, immer für sie da zu sein und ihr zu helfen. Im Einkaufszentrum fahren wir jetzt immer mit dem Lift, weil sie Angst vor der Rolltreppe hat. Zwar kann ich das nicht nachvollziehen, weil ich ja an ihrer Seite bin, aber ich lasse ihr ihren Willen.

In letzter Zeit aber, wird sie so richtig bockig. Als wir im Restaurant waren, hat sie einen Tisch ganz hinten ausgewählt, so als wollte sie sich verstecken. Früher konnte sie gar nicht genug auffallen. Ich habe mich darum gekümmert, dass sie nur Speisen isst, bei denen sie keine Schwierigkeiten hat. Schnitzel und Pommes. Das ist besser als Reis und Fleisch mit Sauce. Ich möchte ja, dass sie satt wird und nicht den Reis auf halbem Weg zum Mund verliert. Dieser Abend endete aber in einem Fiasko. Ich verstehe nicht, wieso sie sich nicht beim Fleischschneiden helfen lässt. Wenn ich das mache, geht es doch viel schneller. Aber sie war deshalb sehr böse auf mich.

Genau so war es ein paar Wochen später an ihrem Geburtstag. Sie hat sich eine Jacke gewünscht, aber ich fand die nicht so praktisch. Deshalb habe ich ihr eine gekauft, die einen Reißverschluss statt Knöpfe hatte. Und die Kapuze ist ja auch super, gerade bei dem Wetter, das wir immer haben. Sie hat den ganzen Tag herum gezickt. Der Geburtstag war gelaufen.

Ich habe einen Kostenvoranschlag machen lassen, weil ich unser Schlafzimmer behindertengerecht umändern möchte. Ein gutes Pflegebett kann man nicht früh genug besorgen... wer weiß was noch alles auf uns zukommen wird. Sie denkt einfach nicht an die Zukunft. Sie ist ein Meister im verdrängen...

Kennen Sie solche Gedanken auch? Im Grunde haben ja alle Beide Recht.

Auf der einen Seite der – völlig verständliche – Wunsch der Betroffenen, die vorhandene Selbständigkeit so lange wie möglich behalten zu können.

Auf der anderen Seite die – ebenfalls verständliche – Sorge des Angehörigen und die Bemühungen, dem Anderen das Leben so leicht wie möglich zu machen.

Was kann man tun, um die Situation für alle Beteiligten zu entschärfen? REDEN, REDEN und nochmals REDEN. Sagen Sie gerade heraus, was Sie möchten, was Sie stört und warum das so ist. Ihr Gegenüber ist kein Gedankenleser- also bitte erwarten Sie auch nicht, dass er weiß, was Sie denken und fühlen. Egal ob Sie Betroffener oder Angehöriger sind – reden Sie ehrlich miteinander –und hören Sie zu, was man Ihnen erzählt. Manchmal geht das nicht so einfach – das ist klar, aber dann sollten Sie Hilfe in Anspruch nehmen. Einen Freund oder einen Verwandten der vermittelt, oder machen Sie einen Termin mit einem Psychologen aus. Haben Sie keine Scheu und lassen Sie sich helfen. Sie werden sehen, das Miteinander wird harmonischer werden! Und darauf kommt es schließlich an.

Sabine Galler

Danke für die Unterstützung



**HIER IST PLATZ FÜR
IHRE
WERBUNG**

Bitte unterstützen Sie uns auch weiterhin!

Ihre Spende hilft uns dabei, die Öffentlichkeit über Parkinson aufzuklären und unsere Mitmenschen zu sensibilisieren. Erst dann werden wir nicht mehr stigmatisiert!

Parkinson Selbsthilfe Österreich Dachverband

Raiba Region Amstetten

IBAN: AT75 3202 5000 0242 7391

DANKE!

Was? Wann? Wo?

Parkinson - Info – Tage - 2016

Ganz im Geiste von Karlstein, möchte der PSHÖ-DV die Tradition fortsetzen und abwechselnd mit Kärnten die Parkinson-Info-Tage, zusammen mit einem Landesverband organisieren. Den Anfang macht heuer Salzburg.

Ein interessantes, abwechslungsreiches Programm erwartet Sie im Parkhotel Brunauer, nur wenige Gehminuten vom Bahnhof entfernt.

Viele Vorträge mit äußerst interessanten Themen werden zu hören sein. Ein Beispiel, das extrem wichtig für Betroffene ist: Neben-, und Wechselwirkungen bei Parkinson Medikamenten. Die chirurgischen Therapien, wie auch die alternativen, werden von Experten erklärt. Auch der Psychologische Aspekt von Parkinson darf nicht vergessen werden. Da die meisten, an Morbus Parkinson erkrankten Menschen sehr kreativ sind, wird auch das Thema „Hobbys“ behandelt – und es darf auch getanzt werden ...

Einladung

Parkinson - Info-Tage 2016
Parkinson - Rundblick



Freitag, 01. und Samstag, 02. Juli 2016
Parkhotel Brunauer in Salzburg
Eintritt frei!

 Parkinson Selbsthilfe Österreich-Dachverband (PSHÖ-DV):
www.parkinson-österreich.at

Das genaue Programm und den zeitlichen Ablauf, finden Sie in der Einladung,
die auf unserer Homepage unter
<http://www.parkinson-oesterreich.at/news/>
zum Download zur Verfügung steht.

Für Fragen kontaktieren Sie bitte 0662 85 26 34 oder johann.ebner@inode.at

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Haben Sie Interesse daran, ehrenamtlich bei uns mitzuarbeiten? Kontaktieren Sie uns unter dachverband@parkinson-oesterreich.at oder telefonisch 0664 7822203. Wir freuen uns auf Sie.

DEKUBITUS SPANNBETTLAKEN ÜBERZEUGT

Spannbettlaken mit überragenden Gleiteigenschaften

Eine preisgekrönte Textilinnovation erleichtert Parkinsonpatienten und Pflegepersonen das Umlagern und Verschieben im Bett und schafft angenehmen Komfort durch hohe Hautfreundlichkeit.

Ursprünglich für bettlägerige und querschnittgelähmte Patienten zur Dekubitusprävention entwickelt, überzeugt das innovative Spannbettlaken im Praxistest auch Parkinsonpatienten voll und ganz. Das Geheimnis der überragenden Gleiteigenschaften liegt in der speziellen Textilstruktur und den Spezialfasern. Diese bietet im direkten Kontakt weniger Berührungspunkte: Unabhängig davon, ob es sich um nackte Haut, Pyjamastoff oder die Bettdecke handelt. Das Umlagern und Verschieben im Bett ist mit deutlich weniger Kraftaufwand möglich – eine große

Erleichterung auch für Pflegekräfte. Durch die neuartige Struktur wird die Haut besser belüftet und durchblutet, was bei jeder Temperatur einen hohen Komfort gewährleistet. Im Test wurde auch die vermehrte Straffung der Unterlage lobend hervorgehoben. Der hochwertige Stoff ist maschinenwaschbar und trocknergeeignet und im Maß 200cm x 90cm erhältlich. Dieses passt auch für Matratzen im Format 200cm x 100cm. Das Bettlaken ist bei der Schoeller Medical AG zum Preis von € 169, -- (regulärer Preis € 249, --) in der Farbe Weiß erhältlich.

Bezugsquelle:

Schoeller Medical AG, Bahnhofstrasse 17, CH - 9475 Sevelen

Gratis Telefonnummer für Österreich: 0800 281 491, Auslieferungslager Deutschland: Balingen

Bitte verwenden Sie beiliegenden Zahlschein für Ihre Spende!

DER DACHVERBAND NIMMT GERNE IHRE SPENDEN ENTGEGEN!

Wir sind ein Verein, der sich nicht aus Mitgliedsbeiträgen, sondern aus Spenden und Sponsorengeldern finanziert. Um unsere Mitmenschen informieren und ihnen beratend zur Seite stehen zu können, brauchen wir Sie und Ihre Spenden! Danke!

Raiffeisenbank Region Amstetten

IBAN: AT75 3202 5000 0242 7391 - BIC: RLNWATWWAMS

DANKE!!



DACHVERBAND

0664 78 222 03

Postfach 29

1081 Wien

dachverband@parkinson-oesterreich.at

www.parkinson-oesterreich.at

LANDESVERBÄNDE

WIEN

01 982 68 21 oder 0681 814 253 12

www.parkinson-selbsthilfe.at

info@parkinson-selbsthilfe.at

KÄRNTEN

0664 99 666 62

august.dorn@gmx.at

NIEDERÖSTERREICH

0664 415 32 12

helmut.markovits@chello.at

SALZBURG

0662 85 26 34

johann.ebner@inode.at

BURGENLAND

0664 43 88 460

jupps-bgld@gmx.at

www.parkinsonselbsthilfe-bgld.at

TIROL

0680 201 88 25

puch-charly@hotmail.com

OBERÖSTERREICH

0680 12 79 891

ooe@parkinson-österreich.at

VORARLBERG

0664 14 02 980

schatz.helmut@cable.vol.

STEIERMARKE

0316 48 33 77

office.europa1@gmail.com

www.parkinsonstmk.at