

## Der Experte



Dr. med.  
Robert Glumm,  
Chefarzt der  
Neurologischen  
Klinik

Seit Juni 2017 Chef-  
arzt am Sana Kli-  
nikum Hof; Facharzt für

Neurologie. Neben der Behandlung von neurologischen Notfällen besteht eine langjährige universitäre Erfahrung in der Versorgung chronischer Erkrankungen wie Multipler Sklerose, Demenzen und Parkinson. Hierzu steht der neurologischen Klinik das gesamte Spektrum der modernen Diagnostik zur Verfügung. Nahezu einzigartig ist die enge Verzahnung von Klinik und Ambulanz. Als ärztlicher Leiter der neurologischen Praxis Med360 Hof liegt Dr. Glumm die ambulante Weiterbetreuung der chronisch kranken Patienten besonders am Herzen



Dr. Robert Glumm, Chefarzt der Neurologischen Klinik am Sana Klinikum Hof, und Frankenpost-Marketingleiterin Birgit Döhne präsentierten gemeinsam live aus den Räumen der Frankenpost den Online-Vortrag mit dem Titel „Zittern – harmlos oder Parkinson?“. Wer die Veranstaltung verpasst hat, kann den Vortrag auch jetzt noch auf Youtube ansehen.



## Sana Klinikum Hof

## Neurologische Klinik

Chefarzt Dr. med. Robert Glumm

Telefon 09281 98-3578  
Telefax 09281 98-2485  
E-Mail [skh-neurologie@sana.de](mailto:skh-neurologie@sana.de)

## Zittern – harmlos oder Parkinson?

Das Zittern nicht automatisch krankhaft ist, und dass selbst ein krankhaftes Zittern nicht unbedingt der Parkinson'schen Krankheit geschuldet ist, erklärte Dr. Robert Glumm, Chefarzt der Neurologischen Klinik am Sana Klinikum Hof, zahlreichen Zuhörern des Online-Vortrags, zu dem Frankenpost und Sana Klinikum gemeinsam eingeladen hatten.

Der Neurologe erläuterte zunächst, wie eine koordinierte, also eine absichtliche Bewegung, entsteht, und wie viele Areale des Gehirns an dieser scheinbar einfachen Aktion beteiligt sind. Zittert ein Patient, liegt eine Bewegungsstörung vor. Man unterscheidet das Zittern in Ruhe und Zittern in Aktion, das beispielsweise beim Versuch gezielter Bewegungen oder beim Festhalten von Gegenständen auftreten kann.

Wer häufig zittert und ge-

wöhnliche Ursachen wie Kälte, Anspannung, Unterzuckerung oder Überanstrengung ausschließen kann, sollte zunächst Rat bei seinem Hausarzt suchen. Findet dieser keine Ursache, überweist er in der Regel zu einem Neurologen, der eine sogenannte Tremor-Analyse durchführt, bei der das Zittern unter anderem mittels elektronischer Signale kategorisiert wird.

Die häufigsten Ursachen krankhaften Zitterns sind der Essentielle Tremor, auch familiäres Zittern genannt, und die Parkinson'sche Krankheit. Parkinson ist nach Alzheimer die zweithäufigste degenerative Erkrankung des Gehirns. Symptome sind – neben dem bekannten Zittern – Bewegungsverarmung, Steifigkeit und häufige Stürze. Diesen bekannten Symptomen gehen manchmal verschiedene Vorboten voraus, die häufig erst nach der Diagnose der Krankheit rich-

tig eingeordnet werden können. Dazu gehören beispielsweise Stimmungsschwankungen, Verstopfung oder ein Verlust des Geruchssinns.

„Parkinson ist mehr als nur eine Gehirnerkrankung“, erklärte Dr. Robert Glumm. „Es ist eine sogenannte Systemerkrankung mit vielerlei Folgen.“ Da es sich um eine fortschreitende Erkrankung handelt, die man nicht heilen kann, versuchen die Ärzte mittels medikamentöser Behandlung die Beschwerden der Patienten zu lindern. Dabei ist viel Fingerspitzengefühl gefragt. Sind die Medikamente zu hoch dosiert, können Überbeweglichkeit, Alpträume oder Halluzinationen die Folge sein. Ist die Dosierung zu gering, leiden die Patienten an Unterbeweglichkeit. Es ist deshalb sehr wichtig, die passende Dosis zu finden und die Medikamente auch sehr regelmäßig einzunehmen.

Wenn Medikamente nicht mehr ausreichen, besteht die Möglichkeit, Pumpen zu implantieren, die regelmäßig Wirkstoffe abgeben, oder eine sogenannte tiefe Hirnstimulation anzuwenden, bei der eine Art Schrittmacher eingesetzt wird.

„Was auch immer die Ursache ist: Zittern ist störend, vor allem, wenn es bleibt“, sagte Dr. Glumm. „Es lohnt sich deshalb, der Sache auf den Grund zu gehen.“ Nicht immer ist Parkinson die Ursache. Auch harmlose Stoffwechselerkrankungen können zu störendem Zittern führen. In fast allen Fällen sorgt die richtige Behandlung für Erleichterung.

## Verpasst? Jetzt ansehen!

Unter [www.frankenpost.de/vortrag](http://www.frankenpost.de/vortrag) können Sie den Vortrag ansehen.

## Drei wichtige Zuhörer-Fragen zum Thema Zittern

## Wie häufig kommen bei der L-Dopa Therapie von Parkinson-Patienten schwere Nebenwirkungen vor?

Die Mehrzahl der Patienten, die über lange Jahre allein mit L-Dopa behandelt wurden, entwickeln Überbeweglichkeiten und Wirtsschwankungen. Daher sollte insbesondere bei jüngeren Patienten eher auf Dopaminagonisten eingestellt werden.

## Ständiges Zittern belastet auch psychisch. Wie geht man am besten mit seinem Umfeld um?

Es besteht die Gefahr, dass Betroffene, die zum Beispiel an der Supermarkt-Kasse lange zum Bezahlen Anspannung, oder im Restaurant durch ihr Zittern auffallen, sich nach und nach immer mehr aus der Öffentlichkeit zurückziehen. Das jedoch tut ihnen nicht gut. Neben der medikamentösen Therapie rät Dr. Robert

Glumm den Patienten deshalb dazu, Mut zu haben und an ihrer inneren Einstellung zu arbeiten. Wesentlich mehr Menschen als man denkt, nämlich ungefähr jeder Fünfte, ist in seinem Leben von Zittern betroffen.

## Welche Behandlungsmöglichkeiten für Parkinson-Patienten bietet das Sana Klinikum Hof an?

Unter geschützter stationärer Betreuung kann zum einen in vergleichsweise kürzerer Zeit eine Optimierung der Medikation erfolgen. Zum anderen werden durch multidisziplinäre Unterstützung (Physio-, Ergotherapie, Logopädie, Sozialarbeit, Psychologie) beim Patienten die Ressourcen geweckt und gestärkt. In der Regel gehen die Patienten im Anschluss mobiler und mit deutlich mehr Lebensqualität in ihren Alltag zurück.

## Keine Angst vor Medikamenten

## Die Einstellung von Parkinson-Patienten erfordert viel Fingerspitzengefühl

Parkinson ist die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung nach Alzheimer. Es handelt sich um eine fortschreitende Erkrankung bestimmter Bereiche des Gehirns, die unter anderem zu Zittern und Bewegungsstörungen führt. Das Risiko, an Parkinson zu erkranken, liegt für Männer bei 2 Prozent und für Frauen bei 1,3 Prozent.

Zwar kann man die Erkrankung momentan noch nicht heilen, doch eine medikamentöse Therapie, häufig im Zusammenspiel mit Physiotherapien und anderen aktivierenden Maßnahmen, kann die Lebensqualität der Patienten maßgeblich verbessern.

Chefarzt Dr. Glumm weiß, dass sich viele Patienten Sorgen, an Parkinson erkrankt zu sein, oder sich nach der Diagnose nicht trauen, die Tabletten, die ihnen verschrieben wurden, auch konsequent einzunehmen. „Die medikamentöse Einstel-

lung von Parkinson-Patienten erfordert Fingerspitzengefühl und Geduld. Im Laufe der Zeit muss man meist Anpassungen vornehmen.“

Dr. Glumms Rat an Betroffene – und auch an die Angehörigen, für die die Diagnose ebenfalls einschneidende Veränderungen im Leben mit sich bringt – ist

deshalb: „Dranbleiben!“ Denn ist erst einmal eine richtige Medikation begonnen, erfahren die Patienten deutliche Erleichterungen.

Rat und Hilfe für die Bewältigung des Alltags erfahren sowohl Parkinson-Patienten als auch Angehörige in entsprechenden Selbsthilfegruppen.



Zittern kann Betroffene in ihrem Alltag stark beeinträchtigen. Nicht immer ist der Grund dafür die Parkinson'sche Krankheit. Eine medikamentöse Behandlung kann häufig für Erleichterung sorgen.

## Zittern ist nicht gleich Parkinson

## Das „familiäre Zittern“ ist meist erblich bedingt und kann oft gut behandelt werden

Jeder Mensch zittert ab und an. „Das kann die verschiedensten Ursachen haben“, erklärt Dr. Robert Glumm, Chefarzt der Neurologischen Klinik am Sana Klinikum Hof. Frieren, Aufregung, Unterzuckerung, eine Überanstrengung der Muskeln – jeder Mensch hat solche harmlosen Ursachen des Zitterns schon am eigenen Leib erfahren. Ist die Ursache abgestellt, endet auch das Zittern. Beginnt man jedoch plötzlich scheinbar grundlos zu zittern oder häufen sich die Beschwerden, ist die Angst vor Parkinson groß.

Sehr häufig kommt jedoch auch das so sogenannte familiäre Zittern vor. Ein wichtiger Unterschied: Parkinson-Patienten zittern in Ruhe; Betroffene des familiären Zitterns wenn sie aktiv werden – beispielsweise, wenn sie ein Glas greifen und festhalten wollen.

„Manche Menschen schämen sich dann, weil das anderen Leu-

ten auffällt“, weiß Dr. Glumm. Ein Teufelskreis, denn in diesem Moment steigt die innerliche Anspannung, und damit wird auch das Zittern noch stärker. Beobachter unterstellen Betroffenen bisweilen ein Alkohol-Problem. „Aber das Entzugs- oder Vergiftungszittern sehen ganz anders aus“, erklärt der Neurologe.

Ursache des familiären Zitterns ist, wie es der Name schon sagt, häufig eine erbliche Veranlagung. Es tritt nicht nur bei älteren Menschen auf, sondern manchmal auch schon in jüngeren Jahren.

„Diese Art des Zitterns ist oft recht gut medikamentös behandelbar“, sagt Chefarzt Dr. Glumm. Die Betroffenen erfahren dadurch eine große Erleichterung. Sollte die medikamentöse Behandlung nicht ausreichen und die Patienten sind beispielsweise bei der Nahrungsaufnahme stark beeinträchtigt, kom-

men auch operative Verfahren oder Bestrahlungsverfahren in Frage.

Ist ein Patient von Zittern betroffen, gilt es zunächst die Ursache herauszufinden. „Durch verschiedene Untersuchungen, unter anderem mit der sogenannten Tremor-Analyse, finden wir heraus, um was für ein Zittern es sich handelt, und wie man es am besten behandeln kann“, erklärt der Neurologe.

Dabei spielen beispielsweise folgende Fragen eine Rolle: Welche Frequenz hat das Zittern? Welche Muskeln sind betroffen? Was passiert in Ruhe und was unter Last?

In jedem Fall rät Dr. Glumm Betroffenen, zum Arzt zu gehen und die Ursachen abklären zu lassen, denn manchmal kann man weitere Beeinträchtigungen ganz einfach vermeiden. Auch Fehlfunktionen der Schilddrüse können beispielsweise Zittern auslösen.