

Gesund leben gegen Parkinson

Studie der Klinik für Neurologie, Campus Kiel, zu neuem Lebensstil-Interventionsprogramm

Parkinson ist eine der am schnellsten zunehmenden neurologischen Erkrankungen weltweit. Durch Lebensstiländerungen kann der Verlauf der Erkrankung jedoch positiv beeinflusst werden. Im Rahmen der Studie „PREVENTION-IN-PD“ wird ein neu entwickeltes Lebensstil-Interventionsprogramm für Betroffene getestet. Federführend beteiligt sind Prof. Dr. Daniela Berg, Direktorin der Klinik für Neurologie des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein (UKSH), Campus Kiel, und PD Dr. Eva Schäffer, Oberärztin der Klinik. Gefördert wird das Vorhaben als eines von sechs „Leuchtturm-Projekten“ von der Parkinson Stiftung und der Deutschen Gesellschaft für Parkinson und Bewegungsstörungen e. V.

„Alle Lebensstil-Aspekte, von denen wir wissen, dass sie die Krankheit verlangsamen können, werden in einem intensiven und patientenorientierten sechsmonatigen Programm vereint. Dazu zählen körperliches und kognitives Training, Ernährungsberatung und eine Anleitung zu gesundem Schlaf“, sagt Dr. Schäffer. Trotz umfangreicher wissenschaftlicher Nachweise für die Wirksamkeit von Lebensstilmaßnahmen sei deren hohes Potenzial noch nicht voll ausgeschöpft.

Für eine wirksame Umsetzung dieser Maßnahmen ist insbesondere das Erreichen einer hohen Akzeptanz der Betroffenen eine Herausforderung, insbesondere dann, wenn Veränderungen des Lebensstils in mehreren Bereichen erfolgen sollen. Bisher hat keine Studie diese Akzeptanz (Adhärenz) eines mehrgleisigen Lebensstil-Interventionsprogramms bei Parkinson untersucht.

Eine weitere Besonderheit des Projektes ist es, dass es auch Menschen in den Fokus nimmt, die sich noch in der Frühphase der Parkinson-Krankheit befinden. Diese Phase beginnt oft viele Jahre vor dem eigentlichen Beginn der Erkrankung und kann durch Schlafstörungen, Verstopfung oder Störungen des Geruchssinns gekennzeichnet sein. An der Studie nehmen auch Erkrankte teil, die bereits typische Symptome wie Zittern, Muskelverspannungen, Gang- und Gleichgewichtsstörungen oder Änderungen in der Mimik und Sprache aufweisen.

Neben dem Hauptziel - der Feststellung, ob es Betroffenen gelingt, die vorgesehenen Lebensstiländerungen dauerhaft umsetzen - wird der Einfluss der Intervention unter anderem auf die Symptome und die Lebensqualität erfasst. Die Ergebnisse sollen zur Planung und Durchführung einer größeren Studie als Grundlage für die Etablierung eines Interventionsprogramms in Deutschland genutzt werden.

„Als weltweit erste multimodale Lebensstilintervention leistet PREVENTION-IN-PD einen zentralen Beitrag dazu, präventive Lebensstilmaßnahmen als wichtiges Therapieelement zu etablieren, um der rasant steigenden Zunahme der Parkinson-Krankheit und dem immer noch unaufhaltsam fortschreitenden Verlauf zu begegnen“, sagt Klinikdirektorin Prof. Berg.

Die Studie wird von Expertinnen und Experten aus ganz Deutschland unterstützt, unter ihnen Prof. Dr. Burkhard Weisser, Institut für Sportmedizin der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel (CAU), Prof. Dr. Dr. Anja Bosy-Westphal vom Institut für Humanernährung und Lebensmittelkunde der CAU, und Prof. Dr. Norbert Brüggemann, Klinik für Neurologie des UKSH, Campus Lübeck.

Im „Leuchtturm-Projektverbund Parkinson“ der Parkinson Stiftung und der Deutschen Gesellschaft für Parkinson und Bewegungsstörungen e. V. werden insgesamt sechs international wegweisende Forschungsprojekte mit einem Fördervolumen von über zwei Millionen Euro unterstützt. Die Projekte sollen neue Impulse für eine frühe Diagnose sowie ein besseres Verständnis der biologischen Vielfalt der Parkinson-Krankheit liefern, um Behandlungen zur Verlangsamung oder Abmilderung des Krankheitsverlaufes gezielter entwickeln und einsetzen zu können.