

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie lesen dieses Buch, weil Sie einen Menschen kennen, der an Parkinson erkrankt ist. Vielleicht sind Sie der/die Partner*in oder das Kind des Betroffenen, vielleicht auch ein*e weiter entfernte*r Verwandte*r, ein*e Freund*in, ein*e Nachbar*in oder sonstige*r Bekannte*r. Auf jeden Fall liegt Ihnen die betroffene Person am Herzen.

Die Parkinson-Erkrankung ist komplex mit einer großen Bandbreite von Schwierigkeiten, die aus motorischen und nicht-motorischen Symptomen, Medikamentennebenwirkungen und zahlreichen Einschränkungen im Alltag bestehen. Die Zusammenstellung der Symptome variiert von Mensch zu Mensch und auch der Verlauf der Krankheit ist nicht immer gleich. Diese Ungewissheit erschwert den Umgang für die direkt Betroffenen und die indirekt Betroffenen (zu denen Sie zählen).

Wahrscheinlich haben Sie viele Fragen. Vielleicht suchen Sie hier Tipps für den Umgang mit der oder dem Erkrankten. Oder Sie wollen sich informieren und gut vorbereitet sein.

Jedenfalls setzen Sie sich aktiv mit Ihrer komplizierten Situation auseinander. Das ist ideal, denn diese Eigeninitiative wird Sie stärken. Sie werden in diesem Buch eine Stütze finden und viele Tipps für eine Erleichterung Ihres Alltags.

Was dieses Buch nicht bietet, sind medizinische Informationen zum Krankheitsbild, zum Verlauf oder zu Medikamenten. Dazu gibt es schon andere gut recherchierte Ratgeber. Vielmehr möchte ich Sie in diesem Buch auf Ihrem Weg begleiten. Ich möchte Rat geben und anregen und durch kleine Eigenübungen bekommen Sie die Gelegenheit, sich mit sich selbst und Ihrer Rolle als Angehörige*r auseinanderzusetzen.

Denn meist dreht sich im Alltag alles um den Menschen mit Parkinson. Diesen Fokus verschieben wir. Jetzt geht es um Sie!

Nicht alle Abschnitte des Buches werden für Sie relevant sein. Teilweise werden Symptome behandelt, die die erkrankte Person nicht zeigt. Auch die Medikamentenwirkungen, Persönlichkeitsveränderungen, sozialen Umstände und andere Gegebenheiten des Alltags variieren. Einige Abschnitte werden noch nicht, oder nicht mehr, auf Sie zutreffen. Andere Abschnitte des Ratgebers enthalten für alle Leser wichtige Informationen. Und dann wird es Kapitel geben, die Ihnen aus der Seele sprechen, bei denen Sie denken: »Woher kennt sie meine Situation so genau?« Suchen Sie sich am besten das heraus, was Sie im Moment beschäftigt. Und nehmen Sie das Buch immer dann zur Hand, wenn Sie eine Orientierungshilfe suchen.

Ich empfehle Ihnen, sich beim Lesen ein schönes Notizbuch zur Ergänzung dazuzunehmen. Es sind einige Reflexionsfragen und Eigenübungen enthalten. Wenn Sie sich Ihre Gedanken aufschreiben, können Sie tiefer einsteigen und werden mehr Aha-Erlebnisse haben.

Ich wünsche mir, dass Sie in diesem Ratgeber Unterstützung für Ihre große Aufgabe finden, für die Sie sich einsetzen, dass er Sie stärkt und Ihnen Zuversicht gibt.

Lassen Sie uns gemeinsam beginnen!

