

Stichwortverzeichnis

A

Aero-Step 38
 Airexkissen 38
 Anterocollis 90, 104
 Antifreezingstock 80
 Argentinischer Tango 53
 Armbewegung
 – vergrößern 20
 Aspiration 82

B

Ball an Schnur
 – Starthemmung 80
 Bauchmuskulatur
 – kräftigen 37
 Beine und Gesäß
 – kräftigen 32
 Bergauf/Bergabgehen 23
 Betablocker 13
 Bettausstieg 116
 Bettdehnung 116
 Betteinstieg 114
 Bettein- und ausstieg 113
 BIG
 – Behandlungskonzept 46
 Blutdruckabfälle 126
 Bradykinese 11
 Brust, Arm und Seite dehnen
 – Pisa-Syndrom 102
 Brustmuskulatur dehnen
 – Kamptokormie 96
 Brustmuskulatur dehnen 2
 – Kamptokormie 97

C

Cueing 72
 – visuell 73
 Cueing-Methode 72, 77

D

Das Aufstehen vom Stuhl
 trainieren 112
 Dopaminausschüttung
 – Sport 52
 Drehdehnlagerung
 – Drehdehnlagerung 102
 Drehen und Wenden verbessern
 – Lagewechsel 120
 Dropped-Head-Syndrom 104
 Dual Tasking 62
 Dysphagie 82
 – Anzeichen 82

E

Einfrieren der Bewegung 76

F

Faszien der Wirbelsäule
 – mobilisieren 36
 Fehlhaltungen des Rumpfes 84
 Festinationen 77
 Freezing 76
 Freezing-Episoden 76

G

Gangrhythmus 73
 Gangtempo 73
 Ganzkörpervibrationen 65
 Gehen
 – beeinträchtigt 72
 – verbessern 72
 Gehhilfsmittel 127
 Gehstörung
 – Festination 77
 Gesäß anheben
 – Lagewechsel 120
 Gleichgewicht erhalten 64
 Gleichgewichtsprobleme
 – sicherer Übungsplatz 12
 Gleichgewichtstraining
 – Hinweise für Übungen 64
 Gleichgewichtstraining Nintendo
 Wii™-Konsole 42
 Gleichgewichtsübung 40, 41
 – Einbeinstand 66
 – Klebeband 68
 – Luftballon schlagen 69
 – Tandemstand 66
 – Zwischen den Stühlen 67
 Gleichgewichtsübungen 26, 38
 Greifzange 126

H

Handtechnik
 – Nordic Walking 22
 Headmaster
 – Anterocollis/Dropped-Head-
 Syndrom 105
 Herz-Kreislauf-System 52
 Hinweisreize
 – gedanklich, Starthemmung 80
 – spürbar, Starthemmung 80
 Hocker an der Wand
 – Rumpffehlhaltung, gemäßigte
 88
 Hoehn-&-Yahr-Einteilung 13
 Hüftbeugemuskulatur dehnen
 – Kamptokormie 96
 Hüftstrecker, Gesäß- und untere
 Rückenmuskulatur dehnen
 – Kamptokormie 97

Hypokinese 11

I

idiopathisches Parkinson-
 Syndrom
 – Subtypen 47
 Im Bett drehen 113
 Im Türrahmen dehnen
 – Drehdehnlagerung 103

K

Kamptokormie 90
 – Sitzhaltung 91
 Kopf
 – nach unten geneigt 104
 Kopf aufrichten
 – Anterocollis/Dropped-Head-
 Syndrom 106
 Kopfdreh
 – Anterocollis/Dropped-Head-
 Syndrom 106
 Kopf und Theraband
 – Anterocollis/Dropped-Head-
 Syndrom 107
 Körperlagewechsel 109
 Krafttraining 26
 – ohne Geräte 30
 – Übungen an Geräten 28
 Kraftverlust 26
 Kreuzgang
 – Nordic Walking 16
 – trainieren 18

L

Labile Unterfläche
 – Übung Gleichgewicht 40, 41
 Lange Seite kräftigen
 – Pisa-Syndrom 101
 Laserpointer 80
 Laufband
 – Kauf-Hinweise 57
 Laufbandtraining 24
 – bei sicherem Gang 25
 – bei unsicherem Gang 25
 Lee Silverman Voice Treatment 46
 Leistungsgrenze
 – individuelle 11
 LSVT 46
 LSVT/LOUD 46

M

Motivation hochhalten 57
 Motorische Blockaden 76
 Muskeln und Faszien dehnen
 – Rumpffehlhaltung, gemäßigte
 89

N

Nordic Walking 16

O

Oberkörper
– aufrichten 21
Oberschenkelmuskulatur
– hintere, dehnen 14
– vordere, dehnen 14
On-Phase 11

P

Parkinsonmonster 11
Pezzball drücken
– Rumpffehlhaltung, gemäßigte 89
Physiotherapie 15
Pisa-Syndrom 90, 98
– Sitzhaltung 98

R

Radfahren 56
Rollator 128
– Einstellungen 128
Rücken
– kräftigen 35
Rückenmuskulatur
– kräftigen 32, 33
Rufhilfe 126
Rumpf
– extrem nach vorn gebeugt 90
Rumpffehlhaltung
– gemäßigte 84
– zur Seite geneigt 98
Rumpffehlhaltung, gemäßigte
– Stehend an der Wand 86
Rumpf- und Beinmuskulatur
– kräftigen 34

S

Schlucken
– gestört 82
Schrittlänge 73
– verbessern 20
Servierwagen 126
Sport als Therapie 48
Stab schwingen
– Kamptokormie 95
Starthemmung
– Ball an Schnur 80
– gedankliche Hinweise 80
– Motorische Manöver 80
– spürbare Hinweise 80
– Verhalten/Bewegung 81
Stimm- und Sprechfunktionen
– trainieren 50
Stockgebrauch 127
Stuhllehnen-Stütz
– Kamptokormie 94
Sturz
– äußere Einflüsse 123
– durch Verhalten vermeiden 125
– Gründe 122
– Raumanpassung 125
– vermeiden 123
Stürze 122
– innere Einflüsse 126
Sturzprophylaxe 109
Sturzrisiko 122
Subtypen
– Parkinsonsyndrom 47

T

Tai Chi Chuan 56
Tanzen 53
Theraband
– Rollator 80

Theraband am Türgriff
– Rumpffehlhaltung, gemäßigte 87
Training
– mögliche Schwierigkeiten 12
Trainingsfrequenz 11
Trampolin 38
Tremor 63
Treppe heruntersteigen 75
Treppe hochsteigen 74
Treppenlifter 126
Treppenstand
– Gleichgewichtsübung 67
Treppensteigen 74
Türrahmen drücken
– Rumpffehlhaltung, gemäßigte 88

U

Üben 12
Übungshinweise
– allgemeine 11

V

Vom Sitzen zum Stehen
– Lagewechsel 110
Vordere Rumpfmuskulatur
– dehnen 36

W

Wadenmuskulatur
– lange, dehnen 14
Wandstand
– Pisa-Syndrom 100
Wandstand mit Stab
– Pisa-Syndrom 100
Wohnraumanpassung
– finanzielle Unterstützung 126