



Parkinson-bedingte von nicht Parkinson-bedingten Schmerzen sicher abzugrenzen, ist oft nicht einfach. Foto: Adobe Stock

## Fühlen bei Parkinson

**Viele Parkinsonbetroffene leiden unter Schmerzen. Bereits zu Beginn der Erkrankung liegt die Häufigkeit bei rund 20%.**

*Bei Parkinson ist die Schmerzempfindlichkeit erhöht.*

Typische Schmerzen bei Parkinson sind zum Beispiel einseitige Schulter-Arm-Schmerzen, die nicht selten zuerst zur rheumatologischen Abklärung führen. Im Verlaufe der Erkrankung leiden bis zu 80% der Betroffenen unter Schmerzen. Die Ursachen sind vielfältig. Unterschieden werden durch die Parkinsonerkrankung selbst bedingte Schmerzen von Parkinson-unabhängigen Schmerzen, die meist den Bewegungsapparat betreffen. Letztere gehen von Gelenken aus, zum Beispiel bei Kniegelenkarthrose, oder vom Rücken bei degenerativen Veränderungen der Wirbelsäule, was in der älteren Bevölkerung häufig ist..

### **Schmerzen unterscheiden**

Parkinson-bedingte von nicht Parkinson-bedingten Schmerzen sicher abzugrenzen, ist oft nicht einfach. Ein wichtiges Unter-

scheidungskriterium ist das Ansprechen auf die Parkinson-spezifische Behandlung durch Dopamin-verstärkende Medikamente. So unterstützt das gute Ansprechen der eingangs erwähnten Schulter-Arm-Schmerzen auf L-Dopa, für die in der Rheumatologie keine Ursache gefunden wurde, die Verdachtsdiagnose eines beginnenden Parkinsonsyndroms, insbesondere bei gleichzeitiger Verbesserung der motorischen Symptome.

Wenn nach einigen Jahren Wirkungsschwankungen der Parkinsonmedikamente auftreten, ist es wichtig zu klären, ob Schmerzen frühmorgens oder um die Einnahmezeiten stärker werden. Dann ist die Verkürzung der Einnahme-Intervalle oder die Dosiserhöhung die primäre Strategie gegen die Schmerzen. Oft gehen die sogenannten Off-abhängigen Schmerzen mit Muskelverkrampfungen (Dystonien) einher. Sie treten typischerweise nachts oder frühmorgens auf, wenn der Blutspiegel der Medikamente tief ist. Seltener kön-

nen auch Überbewegungen bei guter Beweglichkeit schmerzhaft sein, dann aber häufig durch Verstärkung von nicht Parkinson-bedingten Schmerzen (z. B. bei Gelenkarthrose).

### Schmerzfragebogen

Eine Arbeitsgruppe um Prof. Dr. med. Veit Mylius der Kliniken Valens hat kürzlich in Zusammenarbeit mit verschiedenen Parkinson-Zentren der Schweiz einen Schmerzfragebogen für Parkinson entwickelt (Parkinson-Schmerzklassifikation, PSK), der eine zuverlässige Unterscheidung von Parkinson- und nicht Parkinson-bedingten Schmerzen erlaubt (Mylius et al., 2020). Er enthält Fragen wie «Hat Ihr Schmerz nach dem Auftreten der Parkinson-Symptome begonnen?» oder «Verbessern sich Ihre Schmerzen nach der Einnahme von Parkinsonmedikamenten?». Intensität und Lokalisation der Schmerzen werden systematisch erfasst. Zudem ermöglicht das Instrument eine Aussage über den Schmerzmechanismus. So werden Schmerzen unterschieden, die entweder vom Nervensystem oder vor allem von

Muskeln und Gelenken ausgehen. Diese Unterscheidung hat Bedeutung für den Einsatz gezielter Schmerzmedikamente.

### Ursache

Es stellt sich die Frage, warum Parkinson-bedingte Schmerzen so häufig sind. Muskelschmerz durch Steifigkeit oder Verkrampfung erklärt die Schmerzentstehung nur unvollständig. Es gibt Hinweise, dass eine gestörte Verarbeitung in Schmerzzentren des Gehirns eine wichtige Rolle spielt. Die zentrale Schwelle der Schmerzwahrnehmung ist bei Parkinson herabgesetzt, das heisst, die Schmerzempfindlichkeit ist erhöht. Es konnte gezeigt werden, dass L-Dopa die Schmerzschwelle wieder normalisiert.

### Behandeln ist wichtig

Schmerzen sind ein führendes nicht-motorisches Symptom bei Parkinson und beeinträchtigen die Lebensqualität der Betroffenen erheblich. Ihre effektive Behandlung ist deshalb wichtig. Zudem können die Schmerzen die Beweglichkeit verschlechtern. Die Zunahme von Parkinsonsymptomen verursacht Fehlhaltungen, die degenerative Veränderungen der Wirbelsäule begünstigen und wiederum Schmerzen auslösen. Wegen des gegenseitig ungünstigen Einflusses von Schmerzen und Parkinsonsymptomen ist es wichtig, dass bei

Parkinsonbetroffenen rein orthopädisch oder rheumatologisch bedingte Schmerzen gezielt behandelt werden. Parkinson ist somit eher ein Grund mehr, eine schmerzhafte Knie- oder Hüftgelenkarthrose chirurgisch zu behandeln, wenn ein Eingriff indiziert ist.

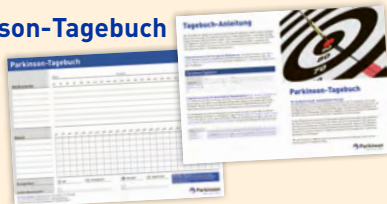
### Was selbst dagegen tun?

Was können Parkinsonbetroffene selbst gegen Schmerzen tun? Studien zeigen, dass regelmässiges körperliches Training gut wirksam ist gegen Schmerzen. Insbesondere für Nordic Walking konnten deutliche schmerzreduzierende Effekte u. a. bei Nacken-, Rücken-, oder Hüftschmerzen nachgewiesen werden. Ein Drittel der Betroffenen gaben nach der Intervention gar keine Schmerzen mehr an. Auch Entspannungsprogramme sind wirksam, wenn auch weniger ausgeprägt.

Prof. Dr. med. Stephan Bohlhalter  
Prof. Dr. med. Veit Mylius

Quelle:  
Mylius et al. Pain, 2021 Apr 1;162(4):1201-1210.

### Parkinson-Tagebuch



Das 4-seitige Parkinson-Tagebuch dient zur Optimierung der medikamentösen Therapie und wird in der Woche vor dem Arztbesuch ausgefüllt. 2018, Parkinson Schweiz  
[Gratis-Download](#)

### Medikation bei Morbus Parkinson



Die 32-seitige Broschüre beschreibt die wichtigsten Medikamente und die richtige Medikamenteneinnahme.

2019, Parkinson Schweiz  
CHF 9.- Mitglieder  
CHF 14.- Nichtmitglieder



Im Verlaufe der Parkinsonerkrankung leiden bis zu 80% der Betroffenen unter Schmerzen. Foto: Keystone