



Parkinson hat viele Gesichter: Betroffene sind immer Erkrankte und ihre Angehörigen.

mende entscheiden, wie er vorgeht und welche Instanzen er in seine neue Situation einbeziehen will. Das Problem der Krankheit kann er nicht lösen, aber den Umgang mit ihr kann er gestalten.

**Richard Hertach, den der Abschied** vom Lehrerberuf heute noch schmerzt, hält Offenheit am Arbeitsplatz immer noch für das Beste. Er hat Vorgesetzte und Kollegen über seine Erkrankung informiert und damit gute Erfahrungen gemacht. «Es ist nicht einfach, und man muss sich gut überlegen, mit wem und wüber man spricht», findet er.

Der Stress des Verbergens wäre jedenfalls Gift für einen Parkinsonkranken und kann Symptome und Lebenssituation verschlimmern. Ein Parkinsonkranker sollte sich nicht überfordern. «Man muss lernen, das richtige Mass zu finden», weiss Richard Hertach. Er rät allen Erkrankten, sich geistig und körperlich so fit wie möglich zu halten. Wer im Beruf zurückstecken oder gar aufhören muss, soll sich nach alternativen Beschäftigungen umsehen, etwa im Einsatz für eine soziale Sache, findet der dänische Sozialberater Lene Poulen. «Der Beruf ist wichtig, aber es gibt auch ein Leben nach der Arbeitswelt.» *jok*

### Die Parkinsonvereinigung hilft Ihnen weiter!

Viele unserer Mitglieder sind im aktiven Berufsleben an Morbus Parkinson erkrankt. ■ Wir kennen die Probleme, die Fragen, die Ängste. ■ Wir beraten, helfen mit Adressen weiter. ■ Wir informieren mit Büchern, Broschüren, Videos. ■ Information schafft Sicherheit. **Rufen Sie uns an!**

### Schweizerische Parkinsonvereinigung (SPaV)

Gewerbestrasse 12a, 8132 Egg  
Tel. 01 984 01 69  
info@parkinson.ch, www.parkinson.ch

### Weitere Hilfe zum Thema Arbeit und Krankheit

**Schweizerische Patienten- und Versicherten-Organisation**  
Beratungsstellen in Bern, Olten, St. Gallen und Zürich, www.spo.ch

**Schweizerische Vereinigung Pro Infirmis**  
Feldeggstrasse 71, 8002 Zürich  
Tel. 01 388 26 26  
www.proinfirmis.ch

**Schweizerische Arbeitsgemeinschaft zur Eingliederung Behinderter SAEB**  
Bürglistrasse 11, 8002 Zürich  
Tel. 01 201 58 26  
www.saeb.ch

### Buchtipps zu Arbeit, Recht und Versicherungen

Lungenliga/Krebsliga Schweiz (Hrsg.)  
**Sozialversicherungsrechte von Krebs- und Lungenkranken**  
*Leitfaden (mit jährlichem Update)*  
Krebsliga Schweiz, 3001 Bern, Tel. 031 389 91 00  
Lungenliga Schweiz, 3000 Bern 17  
Tel. 031 378 20 50

Schweiz. Arbeitsgemeinschaft zu Eingliederung Behinderter SAEB (Hrsg.):  
**Behindert – was tun?**  
*Handbuch zu Rechtsfragen, Unionsverlag*  
ISBN 3-293-00321-4  
www.unionsverlag.com

Schweiz. Arbeitsgemeinschaft zu Eingliederung Behinderter SAEB (Hrsg.):  
**Die IV in Zahlen**  
*Jährlich aktualisierte Übersicht der aktuellen Kostenbeiträge, Geldleistungen und Preislimiten der IV und der Angebote im Bereich der Ergänzungsleistungen. Zu beziehen bei:*  
Schweizerische Parkinsonvereinigung (SPaV)

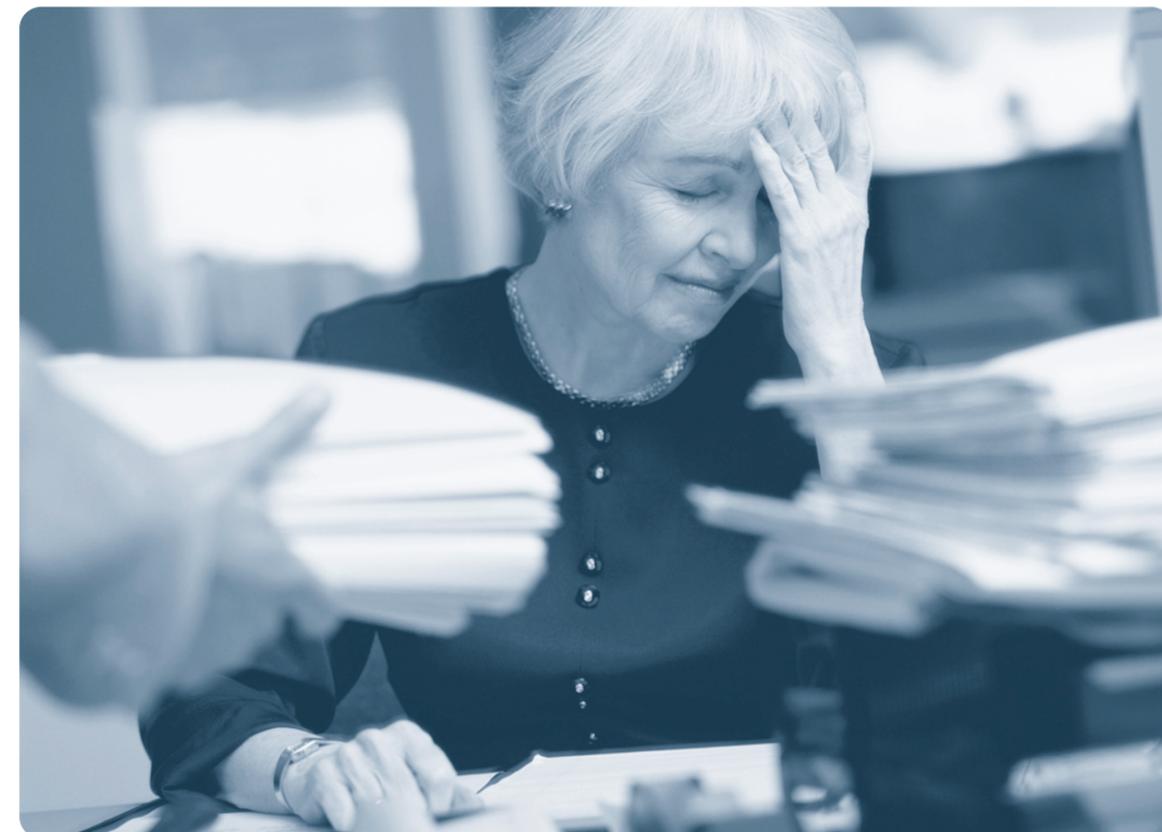


Schweizerische Parkinsonvereinigung  
Association Suisse de la maladie de Parkinson  
Associazione Svizzera del morbo di Parkinson

© SPaV 2004  
Redaktion: Johannes Kornacher  
Layout: Typographics, Mollis  
Druck: Fotorotar, Egg

# Parkinson SERVICE

Eine Information der Schweizerischen Parkinsonvereinigung (SPaV) | April 2004



## Morbus Parkinson AM ARBEITSPLATZ

### Diagnose Parkinson – nach dem Schock kommen die Fragen. Was tun?

#### Mögliche Fragen in Bezug auf den Beruf

Ist nun alles aus? ■ Wie geht's jetzt weiter? ■ Was sagt mein Arbeitgeber? ■ Morbus Parkinson – wie sage ich das meinem Chef, den Kollegen, den Kunden und Geschäftspartnern? ■ Verliere ich meine Stelle? ■ Ist Arbeit überhaupt noch möglich? ■ Wie komme ich finanziell über die Runden?

#### Auch Arbeitgeber oder Vorgesetzte haben Fragen

Was ist Morbus Parkinson eigentlich genau? ■ Verliere ich einen Mitarbeitenden? ■ Wie belastbar ist man mit Parkinson? ■ Was müssen wir jetzt tun? ■ Wo finde ich Beratung?

Wer an Parkinson erkrankt und arbeitet, muss sich neu orientieren. Information und Gespräche bringen Klarheit über Arbeit, Finanzen und Versicherungen. Vorgesetzte und Kollegen sollten informiert sein, damit die Neuorientierung möglichst gut gelingt.

## TROTZ PARKINSON ARBEITEN?

### WAS SIE WISSEN SOLLTEN

#### Wie beginnt Parkinson?

Parkinson betrifft etwa 1–2 Promille der Bevölkerung, die Häufigkeit steigt bei den über 65-Jährigen stark an. Aber auch jüngere Menschen können erkranken. Diese schleichende Krankheit beginnt oft mit leichten Bewegungsstörungen, mit Schmerzen oder Depressionen. Parkinson ist nicht ansteckend.

#### Wie sind Parkinsonkranke?

Parkinsonpatienten bleiben meist geistig fit und leistungsfähig. Sie agieren aber verlangsamt und sind weniger belastbar. Sie brauchen eine verständnisvolle und flexible Umgebung am Arbeitsplatz. Häufig verändern sich Stimme, Aussprache und Mimik. Es gibt fast so viele Krankheitsbilder wie Erkrankte: Jeder hat seinen eigenen Parkinson. Die meisten Parkinsonpatienten brauchen regelmässige Physiotherapie.

### TIPPS FÜR ARBEITNEHMER

#### Nicht verstecken!

Sie müssen nicht informieren, aber Sie sollten! Und nicht erst, wenn die Arbeitsleistung beeinträchtigt ist. Informieren Sie überlegt, mit Information über die Krankheit, etwa mit einem Prospekt der Parkinsonvereinigung.

#### Standortbestimmung

Stress kann die Symptome verstärken und einen Teufelskreis auslösen. Vielleicht können Sie das Arbeitspensum reduzieren. Bleiben Sie realistisch, sehen Sie aber auch nicht zu schwarz. Viele Menschen mit Morbus Parkinson arbeiten. Sprechen Sie ausführlich mit dem Arzt.

#### Kündigung

Der Arbeitgeber kann auch bei einer Krankheit kündigen. Dann ist rasches Handeln nötig: Sprechen Sie mit dem Arzt, dem Vorgesetzten, dem Sozialdienst der Firma.

#### Invalidenversicherung (IV)

Ab 40 Prozent Berufsunfähigkeit besteht Anspruch auf Invalidenrente. Die Wartefrist der IV beträgt ein Jahr, melden Sie sich rechtzeitig an, etwa mit der Sozialberatung des Arbeitgebers oder über Pro Infirmis. Die Bearbeitung des Antrages kann bis zu zwei Jahren dauern!

#### Pensionskasse

Zunächst bezahlt bei Arbeitszeitreduktion 720 Tage lang die Taggeldversicherung die Lohndifferenz. Sprechen Sie vor Ablauf dieser Frist mit der Pensionskasse. Ab 25 Prozent Invalidität befreit die Kasse vom Prämienbeitrag (Arztzeugnis). Fragen Sie Ihren Arzt nach dem Vorgehen und wie lange er für seine Unterlagen braucht.



Diagnose Morbus Parkinson – der Schock sitzt tief bei Kurt W.\* Der 58-jährige Elektromonteur denkt als erstes an seine Arbeitsstelle: «Wie lange kann ich noch bleiben?» Allmählich wird ihm die ganze Tragweite seiner Krankheit bewusst. «Ein Monteur darf nicht zittern», weiss er.

**Parkinson ist eine chronische**, lebenslange Krankheit. Sie zwingt einen zu einem völlig neuen Lebenskonzept. Wer im Berufsleben steht, muss sich mit einschneidenden Veränderungen auseinandersetzen. Jeder reagiert zwar unterschiedlich und hat seinen eigenen Parkinson. Die Tatsache aber, dass über kurz oder lang die Belastbarkeit abnimmt und die Beschwerden zu, ist für alle gleich. Es gilt, eine neue Balance zu finden zwischen Arbeit, Familie oder Beziehung und Freizeit. Auch wenn das Alltagsleben anfangs noch gut funktioniert: «Mir ist klar: Ich kann nicht so weiterleben wie bisher», sagt Kurt W.

**Wie Kurt W.** musste auch Richard Hertach, Professor am Technikum Luzern, schon bald nach der Diagnosestellung sein Arbeitspensum reduzieren. Er unterrichtete zunächst nur noch 50 Prozent. Doch auch das war bald zuviel: die Schrift wurde kleiner, «und ich konnte nicht mehr so präzise arbeiten wie früher». Auch die Störungen und der Stress durch die häufigen Dyskinesien und Akinesien nahmen immer mehr zu. Hertach reduzierte sein Pensum nochmals, dann wurde er ganz vom Unterricht befreit und ist heute für Projektarbeiten zuständig.

**Auch Radioredaktor und Moderator** Jürg Haas musste sein Pensum auf 50 Prozent reduzieren und von manchen Tätigkeiten Abschied nehmen. «Drei Stunden live moderieren kann ich nicht mehr», sagt er. Er recherchiert und schreibt weiterhin Beiträge, gelesen werden sie aber von anderen. «Das tut weh, aber ich bin dennoch sehr froh, dass ich meine Arbeits-

stelle noch habe.» Am Arbeitsplatz zu bleiben kann aber auch kompliziert und stressig für den Betroffenen sein. Je nach Beruf und Situation ist es vielleicht sogar besser, ganz aufzuhören. Ohne eine Umorganisation geht es jedoch selten ab. Einen Vorteil hat, wer bei einer grossen Firma oder einer Behörde arbeitet. Im Gegensatz zu kleinen Arbeitgebern verfügen die meist über eigene soziale Dienste, Reintegrationsstellen viele Erkrankte nicht zum Sozialdienst. «Sie wollen nicht zugeben, nicht mehr leistungsfähig zu sein», sagt Helena Trachsel von der Swiss Re, die ein vorbildliches innerbetriebliches Sozialsystem betreibt.

**Dabei kann es für das Gelingen** der Umorganisation entscheidend sein, dass der Mitarbeiter sich früh an die Beratungsstelle wendet. «Verschleiern bringt nichts», sagt Frau Trachsel. Vielmehr wachsen Schuldgefühle und Misstrauen im Team, wenn jemand häufig fehlt, immer wieder Überstunden macht oder gar die Leistung nicht mehr bringt. Vorgesetzte sollten ihre Mitarbeiter aufmerksam beobachten, wenn sich Anzeichen häufen. Kurt Meier, Präsident der Parkinsonvereinigung, weiss aus seinem Berufsleben als Leiter der Personalabteilung einer 3000-Mitarbeiter-Firma, dass «dies eine schmale Gratwanderung zwischen Kontrolle und Einfühlbarkeit» darstellt. «Als Vorgesetzter ist man da eher zurückhaltend.» Im Endeffekt muss der Arbeitneh-

*Als ich in meinem Chef sagte, ich hätte Parkinson, sagte der:*

*«Wollen Sie kündigen oder soll ich?»*

*A. R., Parkinsonbetroffener*

*Alle in meiner Umgebung am Arbeitsplatz wissen, dass ich*

*Parkinson habe. Ein paar Worte oder ein Geste, etwa zum Welt-Parkinsontag, würden mir viel bedeuten.*

*B. R., Parkinsonbetroffener*

\* Name der Redaktion bekannt