Mit ruhiger Hand mal wieder einen Kaffee gemeinsam mit guten Freunden trinken – Zittern ist neurologisch behandelbar.

Bei Kälte ist Muskelzittern ein nützlicher Schutzmechanismus, der den Körper vor Auskühlung bewahrt. In Angstsituationen zeigt es, dass der Körper sich zur Flucht bereit macht. Aber was bedeutet ein Muskelzittern, auch Tremor genannt, wenn es scheinbar keinen Auslöser gibt? Ein furchterregender Verdacht kommt dann schnell auf: die Parkinson-Krankheit. Doch sie ist nicht die einzig mögliche Ursache.

WAS BEDEUTET EIN ZITTERN?

Nicht eindeutig

Bei Parkinson handelt es sich um eine unheilbare, fortschreitende Erkrankung des zentralen Nervensystems, in deren Verlauf Nervenzellen absterben. Das wohl bekannteste Indiz dafür ist ein Muskelzittern. Dieses Symptom ist aber alles andere als eindeutig. Es kann sich auch als gutartiges familiäres Zittern, auch essentieller Tremor genannt, herausstellen – ein Krankheitsbild, das in der Regel abgesehen vom Zittern keine weiteren gesundheitlichen Folgen hat. Doch wie erkennt man den Unterschied?

Wenn der Kaffee nicht mehr duftet und die Tasse zittert

Es gibt eine Vielzahl von Hinweisen, die Aufschluss über die Ursache eines Zitterns geben können. Als erster Schritt erfolgt die Anamnese – ein ausführliches Arzt-Patienten-Gespräch. „Dabei kommen oft erste wichtige Details ans Tageslicht“, erläutert Dr. Petra Willand von der neurologischen Privatpraxis im Cura Center. „Es kommt nur auf die richtigen Fragen an: Tritt das Zittern in Ruhe oder eher in Aktion auf? Ist das Zittern beidseitig? Wird es bei Alkoholkonsum besser? Zittert der Kopf? Beantwortet der Patient eine oder mehrere dieser Fragen mit „ja“, deutet das eher auf das familiäre Zittern als auf Parkinson hin. Auch bei einer familiären Häufung

Tritt das Zittern in Ruhe oder eher in Aktion auf?

des Zitterns ist ein essentieller Tremor wahrscheinlicher. In Ergänzung zur Anamnese sollten immer alle eingenommen Medikamente überprüft werden, da es zahlreiche Wirkstoffe gibt, die als Begleitwirkung ein Zittern verursachen können. Außerdem sollte durch eine Laboruntersuchung abgeklärt werden, ob bestimmte Stoffwechselerkrankungen für das Zittern verantwortlich sind. In einer körperlichen Untersuchung können ein verlangsamtes, kleinschrittiges Gangbild und Unterbeweglichkeit in Richtung Parkinson weisen.

„Aber auch wenn Anamnese und körperliche Untersuchung notwendig sind, um die Krankheiten zu unterscheiden, reicht das nicht immer“, so Dr. Petra Willand. „Dann sind bildgebende Verfahren wie Kernspintomographie und DaTSCAN – eine Überprüfung der Funktionsfähigkeit bestimmter Nervenverbindungen – hilfreich.“

Videobegleitung

Stellt sich heraus, dass es sich um einen essentiellen Tremor handelt, muss dieser nicht unbedingt behandelt werden, wenn das Zittern den Betroffenen nicht stört. Ist es jedoch ein Morbus Parkinson sollte eine Therapie erfolgen, da es Medikamente gibt, bei denen eine zellschützende Wirkung angenommen wird. „Für den langjährigen Parkinson-Patienten ist vor allem die richtige Feinabstimmung der Medikamente entscheidend“, erklärt Frau Dr. Willand.

„Mithilfe der ärztlichen Videobegleitung zu Hause steht eine anerkannte moderne Therapie aus der Telemedizin zur Verfügung, bei der der Patient seinen Tagesablauf filmt und an den Arzt übermittelt. So können die Medikamente sehr individuell an die Bedürfnisse des Einzelnen angepasst werden.“

Dr. Petra Willand