ANNEMARIE DE WISSEL

FYSIOTHERAPEUT (NEUROLOGIE EN GERIATRIE)

FYSIOTHERAPEUTEN MAATSCHAP WOERDEN

LID VAN PARKINSONNET



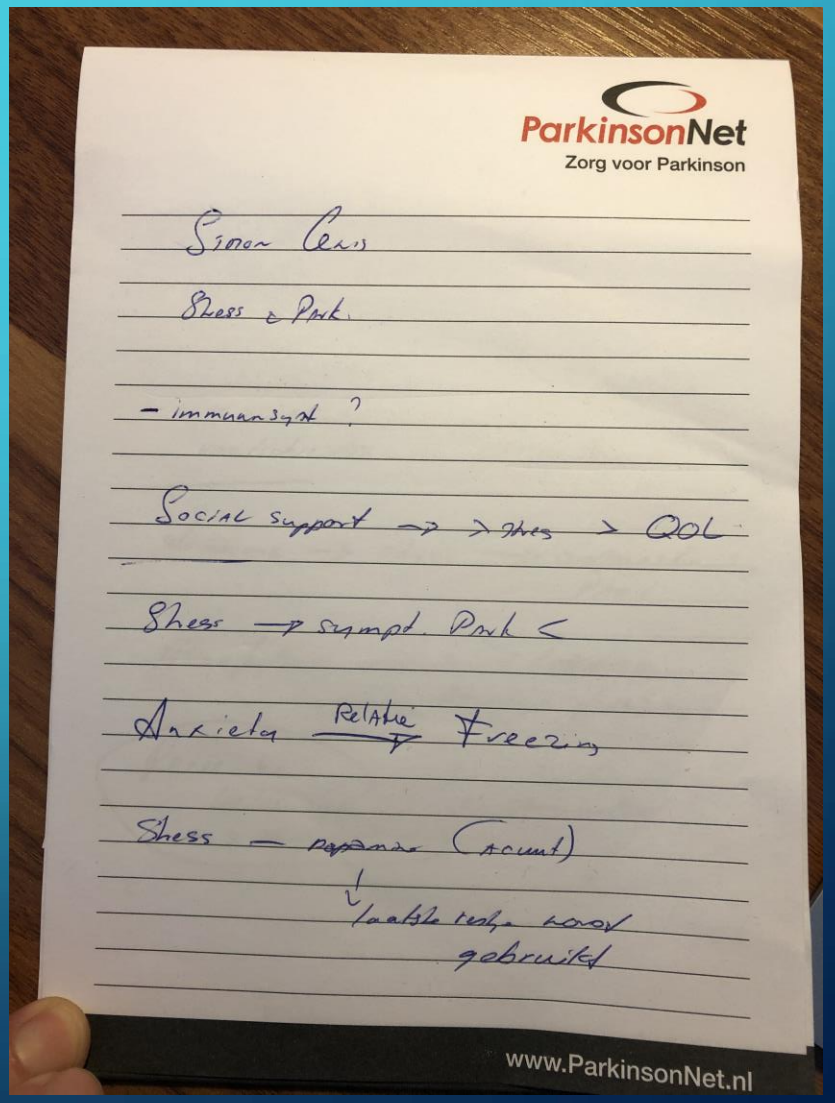
PARKINSONCONGRES 13 DEC 2019 MULTIDISCIPLINAIR

- Verslag van de dag?
- Highlights ?
- Nieuwtjes ?
- Keuzestress…





STRESS EN PARKINSON





STRESS/ANGST & PARKINSON

(ENKELE FEITEN UIT DE WETENSCHAP)

1. Stress < parkinson symptomen

2. Sociale ondersteuning > stress> QOL

3. Anxiety (angst) heeft een relatie met FOG (freezing of gait)

4. Stress > gebruik dopamine

5. Trauma ➔ stress => ontmaskering Parkinson

ACUTE OF CHRONISCHE ?

Krimp hypofyse

➔ invloed op hormonaal systeem

Ontstekingsreacties

Mogelijk van invloed op het beloop Parkinson



ANGST

- Verdenking: angst speelt een grote rol in Parkinson's Desease
- Onderoek : relatie Angst en Freezing of Gait

- Wat is Freezing of Gait? (FOG)
- Is er een relatie tussen het ontstaan van FOG en angst?
- Kip of het ei? Veroorzaak FOG angst of lokt angst FOG uit

- Filmpje FOG bestand

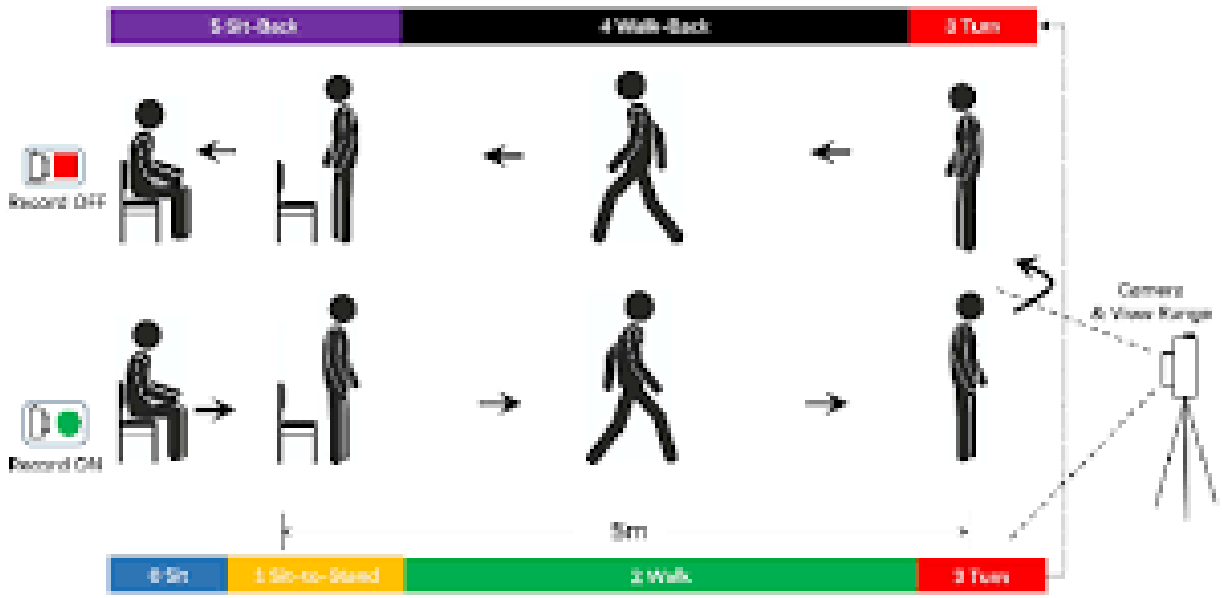
SIMON LEWIS



FREEZING

- Uit te lokken door…..
  - tijdsdruk (snel een lift in moeten of telefoon op nemen)
  - smalle gang/deuropening
  - donkere ruimtes
  - dubbeltaken (TUG test)

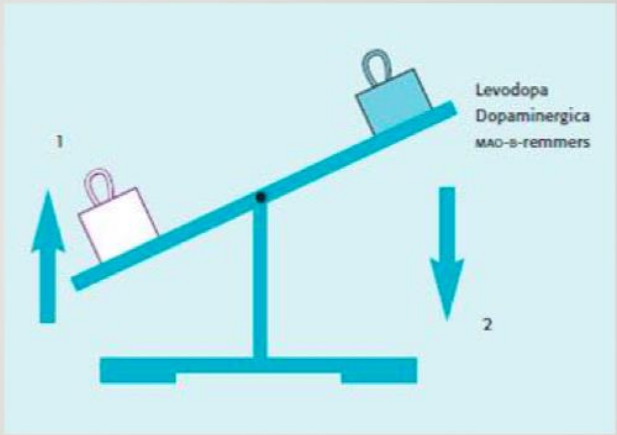
TIMED UP AND GO TEST



DOPAMINE

EVENWICHT
DOPAMINE
ACETYLCHOLINE

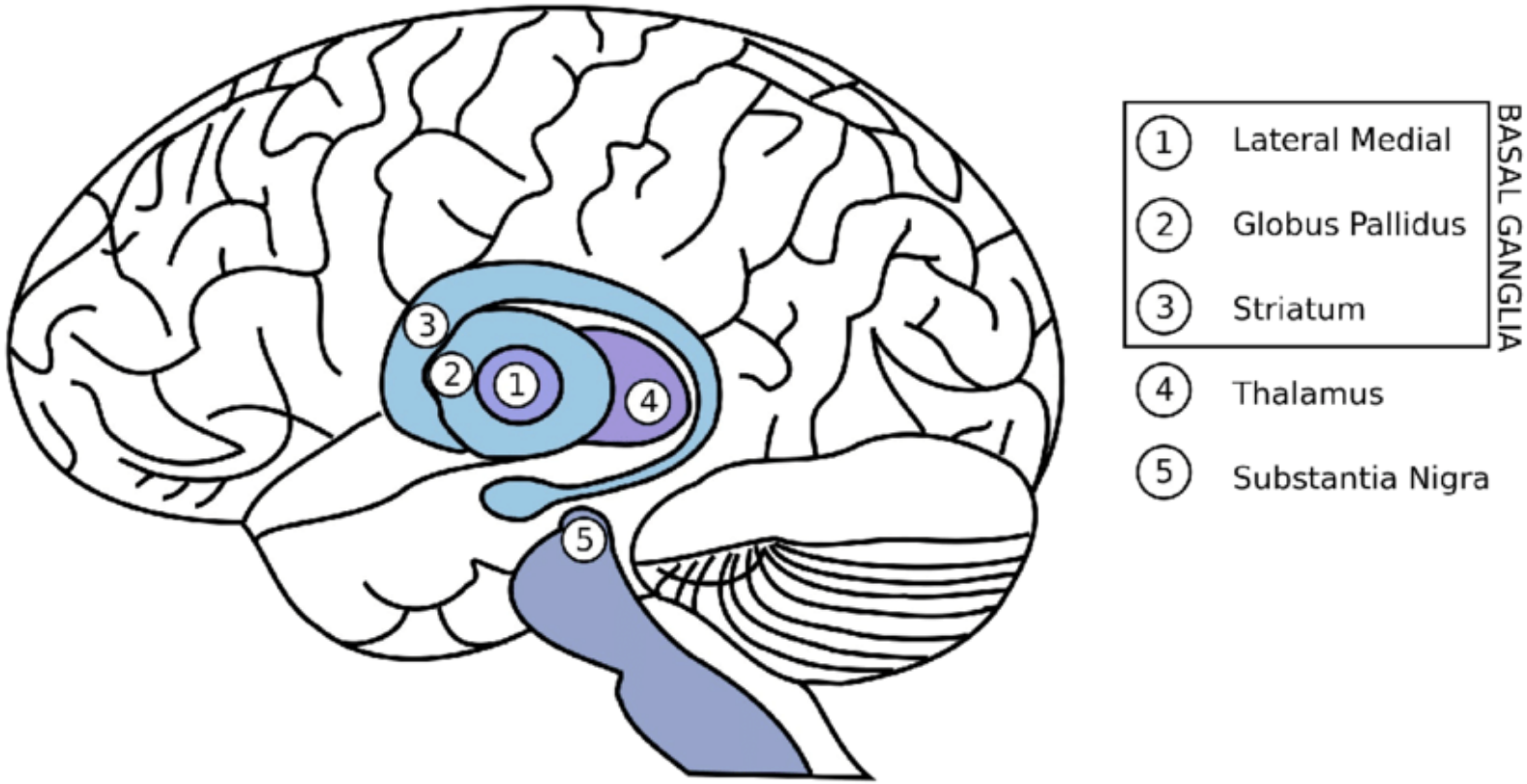
Door afname dopamine is het evenwicht verstoord.



- functie in aansturen spieren
- regulering van emoties
- PD te kort aan dopamine, langzaam afsterven dop.producerende cellen (substantia nigra)

BALANS EN BEWEGEN

- Substantia Nigra: productie dopamine.
- Dopamine : neurotransmitter
- Functie dopamine:
  overdracht prikkels : balans en beweging in gang zetten en controleren (
- Basale Ganglia, die signalen uit de hersenen verwerken voor het aansturen van bewegingen, zijn aangetast.



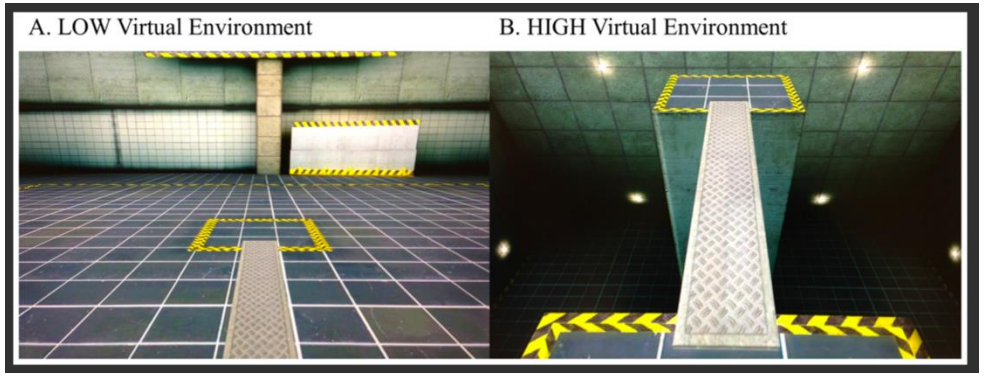
Substantie Nigra – productie Dopamine

Basale Ganglia – verwerking signalen uit de hersen

FREEZING OF GAIT (FOG)

- Minder goed lopen (vertragen/uit balans raken/verlies coördinatie/ minder grote stappen etc)
- Geen last van freezen kan toch moeite met dubbeltaken beteken (bijv. lopen terwijl men een cognitieve taak krijgt).

ONDERZOEK BRUG MET VR-BRIL



PLoS One. 2014; 9(9): e106561.
Published online 2014 Sep 24. doi: 10.1371/journal.pone.0106561
PMCID: PMC4175083
PMID: 25250691

Does Anxiety Cause Freezing of Gait in Parkinson's Disease?

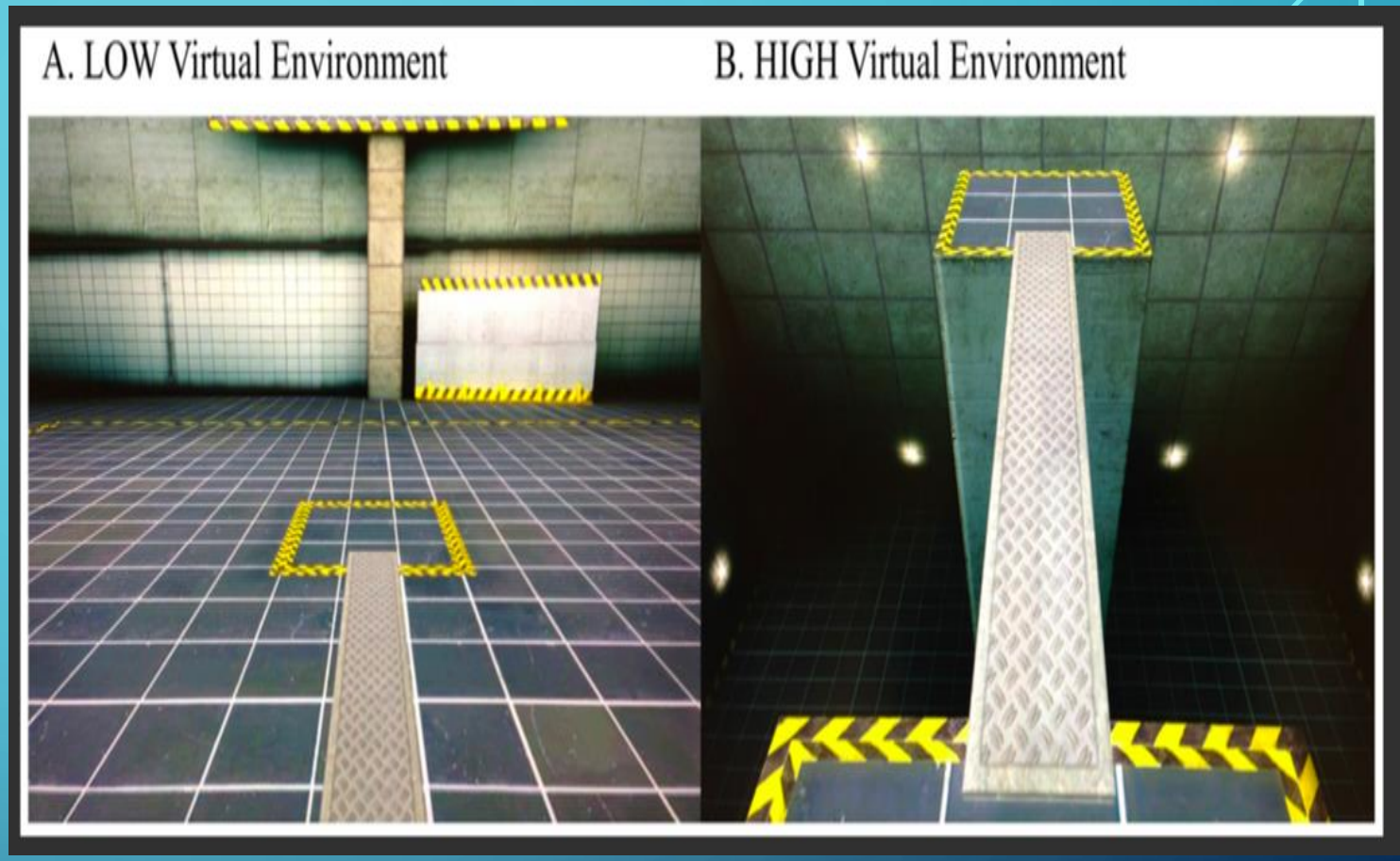
Kaylena A. Ehgoetz Martens, [1,2] Colin G. Ellard, [2] and Quincy J. Almeida [1,*]

Ramesh Balasubramaniam, Editor

‣ Author information ‣ Article notes ‣ Copyright and License information Disclaimer

SITUATIE

- ON/OFF
- Zonder/ met hoogte verschil



- Conclusie : Angstige situaties kunnen FOG uit lokken

HOE WERKT DIT ?

➔ OVERBELASTING

Overbelasten van capaciteit Basale Ganglia om inkomende input te verwerken.

Concurrerende input :

- Cognitieve input (tellen, gesprek voeren)
- Motorische input (lopen)
- Limbische input (angst/stress)

Onderzoek: angst zorgt voor voor het vaker voorkomen van FOG episodes.

WAT ZEGT DIT ONDERZOEK NU?

1. Vermindering Dopamine door concurrerende input (cognitief/imbisch/ motorisch)

   ➔ overbelasting ➔ FOG

2. te laag dopamine (OFF) ➔ input wordt niet goed verwerkt

onvoldoende dopamine (OFF) + overload aan informatie om te verwerken (bijv. angst) ➔ FOG (vaker en langer)

3. dopaminerge medicatie zorgt ervoor dat de limbische input beter verwerkt kan worden met agv minder FOG.

ERGO…..

- Angstige situaties kunnen met deze toegenomen limbische belasting FOG uit lokken.
- Study is sterk bewijs dat angst een causaal verband heeft met FOG.
- Mogelijk is het behandelen van angst (of andere ‘ storende‘ limbische belastingen) en mogelijkheid om FOG te behandelen.

KIP OF HET EI?

- Vaak heeft men zich afgevraagd, ontstaat er angst door het freezen of is freezen op zichzelf een oorzaak?
- Dit onderzoek ondersteund de veronderstelling dat angst een oorzaak is van het uitlokken van FOG.

MINDFULNESS & PARKINSON

- Onderzoek mindfulness
  - angst/depressie >
  - tremor en freezing >
  - Stress/negatieve emoties hebben een negatieve invloed op de symptomen. Omgekeerd kunnen positieve emoties ook een gunstige invloed hebben op de symptomen.

- MINDFULNESS: zonder oordeel bewust zijn van fysiek, emotie en gedachten

FILMPJE HEADSPACE

Mindfulness is niet….

- Stoppen emoties
- Controle emoties/gedachten

- Mindfiulness is wel….
- Stap terug/ van een afstad kijken naar emotie/gedachte
- Zonder oordeel, onttspannen en met focus

FILMPJE: remember that blue sky

POTENTIE VAN MINDFULNESS BIJ PARKINSON

1. We kunnen niet altijd veranderen wat er gebeurd met ons

we kunnen wel veranderen hoe we er naar kijken en hoe we het ervaren

2. Mindfulness kan een interventie zijn om angst/stress en daarmee o.a. motorische klachten zoals freezing te doen verminderen

AAN DE SLAG..!

- APP: Headspace/ VGZ (mindfulness)

- Filmpje ter afsluiting: Headspace (korte versie vanaf 5,00 minuten)