Es ist wie es ist

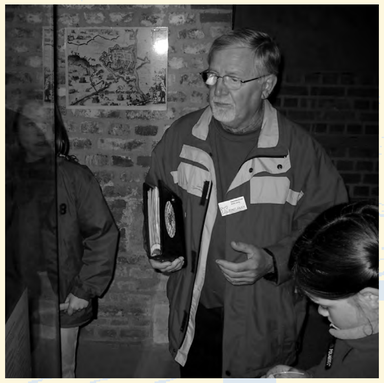
Alwin Jung erwartet seine Besucher im gelben Kassenhäuschen in der Zitadelle in Jülich. In der rechten Hand hält er ein Ringbuch mit seinen Aufzeichnungen für die Führung. Wenn er den Besuchern die einzelnen Abbildungen zeigt, zittert seine Hand. Seit sieben Jahren ist er an Parkinson erkrankt.

Da bereits sein Vater an Parkinson erkrankte, ist Alwin Jung das Krankheitsbild bereits vertraut. So erschreckt ihn die Diagnose nicht allzu sehr. Er sieht die Krankheit nicht als Feind, gegen den er ankämpfen muss. Er hat sogar gelernt, sich mit ihr anzufreunden. Solange es geht, möchte er sein Leben eigenständig bewältigen.
Dabei erschweren zusätzliche Handicaps wie Gleichgewichtsstörungen nach einem Autounfall, die sich als Drehschwindel äußern und Probleme mit den Herzkranzgefäßen sein Leben.
Noch fällt die Parkinson-Erkrankung von Alwin Jung nicht so stark auf. Am deutlichsten ist das Zittern der rechten Hand zu bemerken. Da er als Kind auf seine rechte Hand umtrainiert wurde, ist er beidhändig sehr geschickt. Wenn die rechte Hand zu unruhig wird, lassen sich kniffelige Sachen auch mit links erledigen.

Alwin Jung

- geboren am 06.04.1935
- Ausbildung als Elektriker und handwerklich sehr geschickt
- seit zehn Jahren im Ruhestand
- seit sieben Jahren an Parkinson erkrankt
- ehrenamtliches Engagement im Museum „Zitadelle“, im Brückenkopf-Park und im Kleingartenverein

Seine Leidenschaft für die Malerei bedeutet gleichzeitig Hobby und feinmotorisches Training. Jeden Tag malt er mehrere Stunden und bannt große Meister und Fotos mit akribischen Details auf die Leinwand. Auch die größer werdenden Schwierigkeiten bei der Handhabung des Essbestecks halten ihn nicht davon ab, mit seiner Frau im Restaurant zu essen oder mit einer Reisegruppe in Urlaub zu fahren. Leid tut es ihm um seine früher so schöne Handschrift. Diese ist – trotz Training – unwiederbringlich verloren. Heute schreibt er meist auf dem Computer oder bittet Kollegen und Freunde um Unterstützung. Da bei Parkinson auch die Stimme in Mitleidenschaft gezogen werden kann, sind für ihn die Museumsführungen in der Zitadelle eine wichtige Übung, um im Redefluss zu bleiben.
Da sich seine Bewegungen verlangsamen, ist er nicht mehr so trittsicher wie früher. Deshalb haben heute Spaziergänge mit seiner Frau die alpinen Wanderungen, die er 25 Jahre lang mit seinen Freunden und Arbeitskollegen machte, abgelöst.



Wünsche

Seit eineinhalb Jahren besucht Alwin Jung die Parkinson-Selbsthilfegruppe in Jülich. Durch die Ankündigung eines Vortrags in der Zeitung erfährt er von dem Verein. Zunächst an weiterführenden Informationen über die Krankheit interessiert, wird er dort sehr schnell aktiv, hält kleinere Vorträge und hilft, den Raum für die Treffen herzurichten. Er ist immer dort, wo seine Hilfe benötigt wird. Seitdem hat er den Mut, mit anderen über die Krankheit zu reden. Er möchte seine Erfahrungen gerne an andere weitergeben, um ihnen Mut zu machen. Auch bei Führungen in der Zitadelle geht er offensiv mit seiner Erkrankung um und weist die Besucher schon zu Beginn auf den Tremor der rechten Hand hin.

Um die Auswirkungen seiner Erkrankung so lange wie möglich zurückzudrängen, führt er ein diszipliniertes Eigentraining durch. So macht er jeden Tag eine Stunde gymnastische Übungen für die Beweglichkeit: Ergometer, Hanteltraining für den Arm-Schulter-Bereich sowie Spazierstock-Übungen zur Dehnung der Schultermuskulatur und für eine aufrechte Haltung. Daneben geht er jeden Mittwochvormittag schwimmen. Auch die Arbeit im Schrebergarten trägt auf eine angenehme Art zu einer größeren Beweglichkeit bei.
Trotzdem nimmt er sich noch die Zeit, um sich ehrenamtlich im Museum „Zitadelle“, im Brückenkopf-Park und bei den Gemeinschaftsarbeiten des Kleingartenvereins zu engagieren.
Die Triebfeder für sein ehrenamtliches Engagement lässt sich auch auf sein Leben übertragen: „Ich will etwas in Bewegung bringen“.

Besonderes

Morbus Parkinson – eine Erkrankung des zentralen Nervensystems mit unbekannter Ursache und bis heute nicht heilbar. In den meisten Fällen entwickelt sich die Krankheit schleichend, für den Betroffenen kaum merklich. Bei der Erkrankung kommt es zu einer beschleunigten, kontinuierlichen Rückbildung wichtiger Nervenzellen in einem Teil des Gehirns. Sie sind für die Herstellung des Botenstoffs Dopamin (Neurotransmitter) verantwortlich. Dopamin ermöglicht den Informationsaustausch zwischen den Nervenzellen, um die biologischen Abläufe im menschlichen Körper zu gewährleisten. Erste Symptome im Koordinationszentrum (Thalamus) treten auf, wenn ca. 70% dieser Nervenzellen zerstört sind.
Vor allem die Motorik ist betroffen mit unterschiedlichen Folgen. Akinese: Die Beweglichkeit ist vermindert. Rigor: Es kommt zu Verspannung und Steifigkeit des Muskelapparates. Tremor : Das typische Zittern der Hand im Ruhezustand, das bei einer Tätigkeit verschwindet. Männer erkranken anderthalbmal häufiger als Frauen.