

# „Parkinson ist kein Todesurteil“

2016 bekam Showmaster **Frank Elstner** die Diagnose Parkinson. Ein Sonntagsgespräch mit ihm und Co-Autor **Jens Volkmann**



**So!:** Herr Elstner, so fängt man kein Interview an, aber in diesem Fall ist es wohl in Ordnung: Wie geht es Ihnen?

**Frank Elstner:** (lacht) Mir geht es sehr gut. Danke der Nachfrage.

**So!:** Und wie geht's ihm wirklich, Herr Professor Volkmann? (beide lachen)

**Jens Volkmann:** Ihm geht es so, wie er sich fühlt. Die Parkinson-Symptome, die er hat, sind gut eingestellt. Man sieht nur wenige einschränkende äußerliche Symptome.

**So!:** Herr Elstner, Sie gehen sehr offen mit Ihrer Erkrankung um. Warum?

**Elstner:** Ganz einfach: Ich habe mir gedacht, bevor in der Yellow Press rumdiskutiert wird, was ich habe, sage ich es lieber selbst.

**So!:** Wie haben Sie die ersten Anzeichen bei sich erkannt?

**Elstner:** Ich habe sie jahrelang missgedeutet. Wenn ich vor Sendungen ein Glas Wasser getrunken habe und es fing an zu

zittern, dachte ich immer, das sei Lampenfieber. Es hat sich aber herausgestellt: Es war nicht Nervosität, sondern das erste Zeichen von Parkinson. Ich habe damit jahrelang gelebt, ohne es allzu ernst zu nehmen. Als ich schließlich die Diagnose bekam, bin ich natürlich erschrocken. Ich habe tagelang und nächtelang im Internet rumgegoogelt. Glücklicherweise kam ich ziemlich schnell auf eine wichtige Botschaft: Parkinson ist kein Todesurteil.

**So!:** Ist es normal, dass die Krankheit so lange unentdeckt bleibt?

**Volkmann:** Das ist ganz häufig so. Oft wird die Parkinson-Diagnose in den ersten Monaten, ja Jahren verzögert gestellt, weil die Symptome als normaler Alterungsprozess fehlgedeutet werden. Oft werden die Anzeichen auch einem ganz falschen Bereich zugeordnet. Mit schmerzenden Muskelverspannungen gehen viele zum Orthopäden, weil sie denken, sie hätten was an der Schulter oder an der Hüfte. Am Ende ist es das Gesamtbild, das die Diagnose bringt.

**So!:** Wodurch wird Parkinson sicher diagnostiziert?

**Volkmann:** Ein Symptom muss immer da sein: die Bewegungsverlangsamung. Dieses Problem kann aber im Laufe der Erkrankung verzögert, manchmal sogar erst relativ spät eintreten. Bis dahin hat man die ganzen unspezifischen Symptome, die man nicht richtig zuordnen kann.

**So!:** Jeder zehnte Parkinson-Betroffene erkrankt schon vor dem vierzigsten Geburtstag. Ist es also gar keine Alte-Menschen-Krankheit?

**Volkmann:** Nein, nicht unbedingt. Parkinson kann in verschiedenen Lebensaltern auftreten. Meine jüngsten Patienten sind Kinder. Das sind natürlich absolute Ausnahmen.

**So!:** Herr Elstner, vor ein paar Monaten haben Sie Parkinson-Patienten noch geraten, nicht zu viel darüber zu reden. Jetzt haben Sie sogar ein Buch darüber geschrieben.

**Elstner:** Ich habe nicht viel über diese Krankheit geredet, ich habe mich stattdessen sachkundig gemacht. Gemeinsam mit Professor Volkmann habe ich dieses Buch herausgebracht, weil wir fest im Sinn haben, ein bisschen Mut zuzusprechen. Parkinson kann eine Anleitung zum bewussteren Leben sein. Man kann gegensteuern. Sport zu treiben, ist immer gut bei solchen Krankheiten. Sich entsprechend zu ernähren, vernünftig zu leben, das bringt etwas. Dazu wollen wir anspornen.

**So!:** Haben Sie den Eindruck, die Krankheit im Griff zu haben?

**Elstner:** Im Dialog mit meinem Neurologen glaube ich, einen Weg gefunden zu haben, damit gut leben zu können.

**So!:** Haben sich die Therapie-Möglichkeiten maßgeblich verändert?

Fotos: imago, dpa, ZDF



Ein Leben im Showgeschäft: Frank Elstner war Moderator und erfand den Quoten-Hit „Wetten, dass...?“.

**Volkmann:** Letzten Endes versuchen wir, die verschiedenen Krankheitssymptome möglichst gut einzustellen. Dabei spielt der Dopamin-Ersatz eine ganz wichtige Rolle. Die Produktion dieses Botenstoffs im Gehirn ist bei Parkinson-Patienten stark vermindert. Das wiederum ist für viele der Bewegungsstörungen verantwortlich. Bahnbrechend neue Medikamente sind leider nicht dazugekommen. Wir wünschen uns, dass wir eine Behandlung finden, die nicht nur die Symptome kontrolliert (das können wir mittlerweile ganz gut), sondern die das Fortschreiten der Erkrankung bremst.

**Elstner:** Das war für uns auch ein Motiv, dieses Buch herauszugeben. Wir sind ja gemeinsam aktiv tätig für die Parkinson-Stiftung, die die Grundlagenforschung unterstützen möchte. Je mehr geforscht wird, umso größer ist die Chance, dass man zu neuen Erkenntnissen kommt.

**Volkmann:** Auch die Politik sollte sich überlegen, ob es sinnvoll ist, hohe Summen für die Betreuung von pflegebedürftigen Menschen mit neurodegenerativen Erkrankungen auszugeben. Das ist der Kostentreiber Nummer 1 im europäischen Gesundheitswesen. Statt die Folgen zu finanzieren, fände ich es gut, wenn wir in die Forschung zur Verhinderung dieser Krankheiten investieren würden.

**So!:** Es geht also darum, Parkinson schnell zu erkennen? Und dann schon im Frühstadium die Therapie einzuleiten, um spätere Pflegebedürftigkeit zu vermeiden?

**Volkmann:** Das wäre ein Traum. Es gibt dazu viele Ansätze. Mit entsprechender Finanzierung sollten diese jetzt rasch in klinischen Studien getestet werden.

**So!:** Sie haben im Buch Interviews mit anderen Betroffenen geführt ...

**Elstner:** ... und dabei festgestellt, dass meine Kollegen alle in einer ganz gewissen Weise getröstet sind, wenn sie wissen, dass sie weiter arbeiten können.

**So!:** Zu Ihrem 79. Geburtstag im April hat Ihnen Ihre Frau einen Boxsack geschenkt. Ist das der richtige Sport für einen fast achtzigjährigen Parkinsonkranken?

**Elstner:** Das ist genau der richtige Sport! Ich boxe zwar nicht sehr lange, aber schon drei Mal die Woche eine Viertelstunde. Dann habe ich das Gefühl, dass ich den Parkinson ein bisschen vor mir her treibe. Mit jedem Schlag auf den Boxsack, gebe ich der Krankheit eins auf die Mütze (*lacht*).

**So!:** Stimmt es, dass Parkinson besonders dort häufig vorkommt, wo Pestizide benutzt werden?

**Volkmann:** Es ist tatsächlich bekannt, dass Parkinson in der Landbevölkerung häufiger auftritt als bei Städtern. In Frankreich, zum Beispiel, ist es eine anerkannte Berufserkrankung bei Winzern und Landwirten, wenn sie nachweisen können, dass sie bestimmte Expositionsgrade überschritten haben.

**Interview:** Andrea Herdegen



## Unsere Sonntagsstars

Frank Elstner, geboren am 19. April 1942 in Linz, ist Journalist, Fernsehshowmaster und Entertainer. Im April 2016 erhielt er die Diagnose Parkinson. Er stand als Moderator von „Verstehen Sie Spaß?“, „Die Montagsmaler“ oder „Spiel ohne Grenzen“ über fünfzig Jahre vor der Kamera. Das von ihm erfundene „Wetten, dass ..?“, Europas größte Fernsehshow, machte ihn ab 1981 einem Millionenpublikum bekannt. Elstner hat fünf Kinder und wohnt mit seiner dritten Ehefrau Britta Gessler in Baden-Baden. Der 54-jährige Professor Dr. Jens Volkmann leitet die Neurologische Universitätsklinik in Würzburg. Gemeinsam mit Elstner gründete er 2020 die Parkinson-Stiftung.

## Das Buch

Parkinson ist nach Alzheimer die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung. Etwa 400 000 Menschen in Deutschland sind an Parkinson

erkrankt. Frank Elstner, selbst betroffen, und der Neurologe Jens Volkmann geben Antworten auf die wichtigsten Fragen.

Frank Elstner, Jens Volkmann: „Dann zitter ich halt – Leben trotz Parkinson“, 240 Seiten, gebunden, Piper-Verlag, 20 Euro



## Die Krankheit

Parkinson ist eine nervenbedingte Bewegungsstörung, die vor allem ältere Menschen trifft. Ursache für die auch Schüttellähmung genannte Krankheit ist das Absterben von Nervenzellen im Gehirn. Sie produzieren dann kein Dopamin mehr, mit dessen Hilfe der Körper Bewegungen steuert. Zahlreiche Störungen sind die Folge: Zittern, verspannte Muskeln sowie Gang- und Gleichgewichtsstörungen. Hinzu kommen eine leise und monotone Sprache sowie eine starre Mimik.

Jens Volkmann, Vorsitzender der Deutschen Parkinson Gesellschaft, hat das Buch gemeinsam mit Frank Elstner geschrieben.

# Na So! was ...

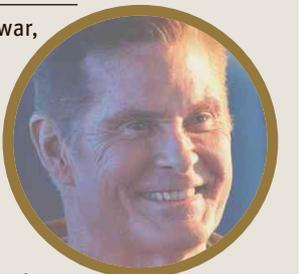
5 So!  
Promis

Dass dieser Musiker noch mal die Kurve kriegen würde, darauf hätten wohl die Wenigsten gewettet: Der Brite **Pete Doherty** machte viele Jahre mit Alkohol-Exzessen, Drogen-Abstürzen und seinen Beziehungen mit Supermodel Kate Moss und Sängerin Amy Winehouse Schlagzeilen. Sein begnadetes Talent als Musiker ging dabei meist völlig unter. Nun scheint der 42-Jährige aber wieder im Leben angekommen zu sein. Seit zwei Jahren sei er weg vom Heroin. Maßgeblichen Anteil daran hat wohl seine Bandkollegin Katia de Vidas, die längst mehr als nur eine gute Freundin ist. In dieser Woche bestätigte eine Sprecherin aus seinem Umfeld, dass Pete Doherty und Katja de Vidas verlobt sind. Seine Lebensretterin ist Film-Cutterin und Keyboarderin und lebt bereits seit einiger Zeit mit ihm in Frankreich.



Welches Nahrungsmittel mag eigentlich jeder? Na klar, Nudeln! Das dachte sich wohl auch Rapper **Eminem** und eröffnete in dieser Woche ein Pasta-Restaurant. In „Mom's Spaghetti“ gibt's in Detroit jede Menge Spaghetti in verschiedensten Variationen auf der Karte und einen äußerst populären Ladenbesitzer gleich mit dazu. Wirklich alleine stemmt der 48-Jährige dieses Projekt allerdings nicht. Vielmehr handelt es sich dabei um eine Restaurantkette, mit der der Rapper zusammenarbeitet. Und auch der Name des Restaurants ist nicht zufällig gewählt: „Mom's Spaghetti“ ist eine berühmte Textzeile aus Eminems Song „Lose Yourself“. Das Pasta-Restaurant soll dem erfolgreichsten Musiker der 2000er-Jahre in den USA wohl ein Einkommen sichern, wenn es mit dem Sprechergang mal nicht mehr so läuft.

Wer in dieser Woche in Görlitz unterwegs war, der hat sich vielleicht die Augen gerieben. Auf dem Marktplatz der sächsischen Kreisstadt stand doch tatsächlich K.I.T.T., der schwarze Flitzer aus der Kult-Serie „Knight Rider“. Und mehr noch: Sogar **David Hasselhoff**, bei vielen nach wie vor besser bekannt als Michael Knight, war auch vor Ort. Was der einstige US-Superstar in der ostdeutschen Provinz machte? Er stand für eine TV-Produktion vor der Kamera, in der er sich selbst spielt. Die Serie ist ein Mix aus Action, Slapstick, Mystery, Thriller und Agentenstory und soll im Herbst kommenden Jahres vom Streaming-Dienst TVNow gezeigt werden. Weitere Szenen werden in Berlin, Polen, Kroatien und Marokko gedreht.



In Erfurt trifft man ihn mal eben auf dem Rad in der Innenstadt oder in einem Café am Domplatz. **Clueso** gehört zu den bodenständigsten Künstlern im deutschen Musikbusiness. Trotz zwei Millionen verkaufter Alben lebt er nach wie vor wie der gute Kumpel von nebenan und gibt ungezwungen Einblick in sein Leben. Dem Kundenmagazin der Deutschen Bahn erzählte er kürzlich von seiner Kindheit, in der er oft angeeckt ist. „Ich hätte Lehrer gebraucht, die mir zuhören, die Ideen haben, was ich machen könnte“, bekannte er und verriet, dass ihn seine hyperaktive Art sogar für mehrere Wochen in eine psychiatrische Kinderklinik gebracht hatte. Auch seine Musik war lange nicht wahrgenommen worden. „Viele Jahre wollte mich keiner hören“, so der 41-Jährige.

