

# **CEREBRALE BEWEGUNGSSTÖRUNGEN IM ERWACHSENENALTER: NEUE HERAUSFORDERUNGEN**

Älterwerden mit cerebralen Bewegungsstörungen – was bedeutet das? Untersuchungsergebnisse zeigen, dass Schmerz, Müdigkeit und zusätzliche Bewegungseinschränkungen häufige Beschwerden im Erwachsenenalter sind. Betroffene berichten von Konzentrationsschwierigkeiten oder psychischen Verstimmungen, die neben anderen Symptomen zu Problemen am Arbeitsplatz und im sozialen Umfeld führen können. Wie wirken sich die unerwartet auftretenden Einschränkungen auf den Lebensalltag aus und welche (präventiven) Massnahmen sind möglich?

Die vorliegende Broschüre gibt einen umfassenden Überblick zu dieser noch wenig dokumentierten Thematik unter der Berücksichtigung von Studien und Berichten von Betroffenen. Sie richtet sich an Menschen mit eher leichten cerebralen Bewegungsstörungen im Alter von ca. 30 bis ca. 60 Jahren sowie an Fachleute, Eltern und Interessierte.

## **INHALTSVERZEICHNIS**

- 1. Einführung**
- 2. Berichte von Betroffenen**
- 3. Untersuchungsergebnisse**
  - 3.1 Zusätzliche körperliche Einschränkungen  
Muskeln, Motorik, Mobilität  
Erschöpfung, niedriges Energieniveau, Ermüdbarkeit  
Schmerz  
Andere körperlichen Beschwerden
  - 3.2 Neuropsychologische Ausfälle
  - 3.3 Psychische Symptome
- 4. Prävention und Umgang mit den zusätzlichen Einschränkungen**
  - 4.1 Zusätzliche körperliche Einschränkungen  
Bewegung und Physiotherapie  
Reduktion der Belastung und Entspannung  
Medikamente und alternative Methoden
  - 4.2 Neuropsychologische Ausfälle  
Wissen um Stärken und Schwächen  
Kompensationsstrategien
  - 4.3 Psychische Symptome  
Selbstbestimmung und Psychotherapie
  - 4.4 Adressen von Fachpersonen
  - 4.5 Merksätze von Betroffenen für Nichtbetroffene
- 5. Finanzierung von Massnahmen**
  - 5.1 Leistungen der IV
  - 5.2 Leistungen der Krankenkasse