

Morbus Parkinson

smovey neuroVIBE

...zur Förderung und Aktivierung der Funktionen von
Bewegungsapparat und Nervensystem im Hinblick
auf Morbus Parkinson



Durch Morbus Parkinson zu smovey

Neben der richtigen Medikation wurde auch „Bewegung“ als ein wesentlicher Bestandteil der Therapie von Parkinson-Patienten erkannt. Durch die eigene Not und Erfahrung mit dieser neurodegenerativen Krankheit hat Johann Salzwimmer ein Bewegungsgerät erschaffen, das nicht nur ihm bis heute hilft, seine Lebensqualität trotz Parkinson am Maximum zu halten, sondern auch schon zahlreiche andere Menschen in Gesundheitsthemen unterstützt hat.

Doch gehen wir zum Anfang und den Erfinder und Vorbild vieler Menschen:

Johann „Salzhans“ Salzwimmer, ein Oberösterreicher aus Großraming, ist Hoffnungsträger und Vorbild für viele Parkinsonpatienten. Als erfolgreicher Gastwirt, Tennis- und Skilehrer stand er mit beiden Beinen fest im Leben, als er 1996 die Diagnose „Morbus Parkinson“ erhielt. Sein Gesundheitszustand verschlechterte sich drastisch, alltägliche Tätigkeiten wurden zu einer richtigen Herausforderung, die er nur mit Mühe bewerkstelligen konnte. Doch „Salzhans“, wie er von Vielen genannt wird, gab niemals auf. Gemäß seinem Lebensmotto „An Brief gib i auf, aber net mei Leben“ begab er sich hartnäckig auf die Suche nach Möglichkeiten, um seine Beweglichkeit zu verbessern bzw. stabil zu halten.

So bemerkte er unter anderem, dass es ihm besser ging, wenn er seine Tennisschläger schwang. Er beobachtete auch die Aufschlagtechnik von gewissen Tennisprofis, die einige Male Schwung holten, bevor sie den Ball über das Netz schmetterten und da machte es „klick“ bei Salzhaus: Was ihm helfen konnte, seine Mobilität trotz Parkinson zu behalten, war Schwung!



So experimentierte er mit Tennisschlägern, ging mit diesen spazieren, doch es fehlte ihm an Schwungmasse. So befestigte er an der Rundung der Tennisrackets einen Gartenschlauch mit frei laufenden Kugeln, die mit der Schwungmasse den Effekt verstärken sollten, doch auch mit diesem Ergebnis war er nicht zufrieden.

Nach intensivem Tüfteln und etlichen Versuchen stach ihm beim Installateur in seinem Ort ein dicker, gerippter Pumpenansaugschlauch ins Auge, den er mit nach Hause nahm, ihn mit Kugeln füllte und ein provisorisches Griffstück befestigte: der erste Schwingring war fertig. Heute werden die bekannten Schwingringe namens smovey in einer Integrationswerkstätte in Weyer von beeinträchtigten Menschen von Hand hergestellt und helfen Menschen auf der ganzen Welt. Sie finden Einsatz im Gesundheits- und Therapiebereich, werden aber ebenso gerne fürs smoveyWALKING und Fitnessprogramme verwendet.

Was bewirken smoveys?

smoveys erzeugen zum einen Schwung, zum anderen Vibration. Die 4 freilaufenden Stahlkugeln im Inneren des gerippten Schlauches lassen eine für den Menschen sehr förderliche Vibration entstehen, welche die Tiefenmuskulatur erreicht und aktiviert und auch das Nervensystem anregt. Über die Handreflexzonen wird die feine Schwingung auf den gesamten Organismus übertragen und wirkt anregend und aktivierend. Salzhans machte sich genau diese Wirkung zu Nutze und schwang seine Ringe mehrmals am Tag für einige Minuten.

Der Effekt: er konnte sich viel besser bewegen, das Freezing war weniger oder gar nicht zu spüren und er konnte sich nach oben und zur Seite hin von den Bewegungen her wieder öffnen. Auch sein Gangbild veränderte sich positiv, der Schwung der Arme half ihm unter anderem beim Heben der Beine.

Johann Salzwimmer starb im 76. Lebensjahr im Februar 2022 recht unerwartet. Er war bis an sein Lebensende voller Lebensmut und Zuversicht und schwang noch bis kurz vor seinem Tod seine geliebten smoveys. Seine Erfindung und vor allem die Menschen, die er dadurch kennen lernte und die ihn und sein Lebenswerk schätzten, waren sein Lebenselixier und gaben ihm bis zum Schluß Motivation und Antrieb.

Johann Salzhans Salzwimmer war mit seiner Einstellung und seinem Mantra „nicht aufzugeben“ Vorbild für viele Menschen. Die grünen Ringe haben ihm stets geholfen, seine Lebensqualität zu erhalten und sogar zu verbessern - sie wirken über sein Leben hinaus und unterstützen Menschen auf der ganzen Welt, mit Freude und Zuversicht ihre Beweglichkeit und Gesundheit aktiv und selbst zu gestalten!

Morbus Parkinson und die Bewegung mit smovey

Laut einer Studie ist Parkinson eine der am schnellsten ansteigenden Formen von neurodegenerativen Krankheiten. Im Jahr 1990 waren ca. 2,5 Millionen Menschen davon betroffen, im Jahr 2016 bereits 6,1 Millionen weltweit (Springer Medizin InFo Neurologie, 2019).

Die Ursachen für die Erkrankung an Morbus Parkinson ist weitgehend ungeklärt, als Risikofaktoren werden Alterungsprozesse, Genetische Faktoren, oxidativer Stress etc. genannt (Gerlach et al, 2007). Es wurde herausgefunden, dass sich die Dopamin-produzierende Nervenzellgruppe allmählich zurückbildet, wobei ein Ungleichgewicht zwischen den Botenstoffen entsteht und die bekannten Bewegungsstörungen verursacht werden (Ludwig et al, 2007).

Als häufige Symptome finden sich motorische Veränderungen, wie Bewegungsverlangsamung, Tremor (Zittern), Muskelsteifigkeit, sowie Freezing (Startschwierigkeiten bei der Bewegung), Sturzneigung etc. (Przuntek et al, 2002). Zusätzlich können vielfältige Beschwerden wie Gleichgewichtsstörungen, Schluckstörungen, Inkontinenz und Blasenschwäche, Verdauungsprobleme, Gedächtnisstörungen etc. auftreten. Dies ist oftmals der Beginn einer Negativspirale, welche durch zunehmende Unsicherheit, sozialen Rückzug, Selbstzweifel, Scham etc. auch gravierende seelische Probleme bis hin zu Depressionen mit sich bringen kann (Ludwig et al, 2007).

smovey und Vibration bei Morbus Parkinson

Trotz des Einsatzes von medikamentösen Therapieformen und der tiefen Hirnstimulation können bei einer Vielzahl von Parkinson Patienten wesentliche Funktionen wie Gehen, Gleichgewicht, Sprechen, Schlucken, Kognition etc. nicht langfristig verbessert werden. Neue Ansätze der Aktivierung wie Tanzen, Tai Chi, Krafttraining zeigen vielversprechende Ergebnisse für die Langzeitversorgung von Parkinson-Patienten (Baumann et al, 2018).

Bewegung ist somit ein wesentlicher Bestandteil einer langfristigen Therapie bei Morbus Parkinson - doch worin liegt die Stärke des smovey?

Beim Einsatz der smoveys bei Parkinsonpatienten konnten eindruckliche Veränderungen in puncto posturaler Kontrolle (Haltung), Gangbild (Schrittgröße und Gehgeschwindigkeit) und Stabilität bei kurzfristiger Anwendung beobachtet bzw. gemessen werden.

smovey ist mehr als „nur“ Vibration

Die Vibrationen werden beim smovey erzeugt, in dem er hin-und hergeschwungen wird - ein wesentlicher Unterschied zu motorinduzierter Schwingung, welche von einer externen Quelle erzeugt und bei immer gleicher Frequenz auf bestimmte Muskelgruppen übertragen wird.

So ist die Frequenz beim smovey nicht statisch, sondern ändert sich mit der Schwinggeschwindigkeit, dem Radius, der Griffvariante etc. Das Frequenzspektrum beim smovey ist somit nicht gleichbleibend, sondern einem ständigen Wechsel unterworfen und deckt in etwa einen Bereich von 0 - ca. 460 Hz ab. Für das Nervensystem bedeutet dies, dass es permanent mit neuen Impulsen und Reizen konfrontiert wird, welche es verarbeitet und welche durch das sensorische System wahrgenommen werden.

Die aktive Bewegung des smovey stimuliert zudem den präfrontalen Cortex, den vorderen Bereich der Großhirnrinde, welcher für die exekutiven Funktionen des Gehirns (Planung, Impulskontrolle, kognitive Kontrolle etc.) zuständig ist.

Durch die Fliehkraft und den Schwung, welcher beim smovey TRAINING erzeugt wird, gelingt es, große, raumgreifende Bewegungen mit großer Amplitude auszuführen (BIG-Training). Dies ist ein wesentlicher Teil der Bewegungstherapie bei Parkinsonpatienten, deren Bewegungen tendenziell immer kleiner und langsamer werden (Grust 2015).

Ebenso werden durch das Hin- und Herrollen der Kugeln im Schlauch positive, rhythmische auditive Reize gesetzt, welche ähnlich der Metronomtherapie bei Parkinson (Enzensberger et al, 1997) die Gangqualität unmittelbar verbessern.

Zusätzlich sorgen visuelle Stimuli durch das seitliche Schwingen der farbigen Ringe für eine visuelle „Eingrenzung“ des Gehbereichs und schaffen einen räumlichen Referenzrahmen. Das Phänomen des auditiven und visuellen Cueings wird eingehend bei Ginis et al 2013 beschrieben.

Haptische und taktile Informationen werden über die afferenten Bahnen an den sensorischen Cortex im Gehirn geleitet und sorgen für Verbesserungen der afferenten Informationsverarbeitung.

Besonderes Augenmerk liegt beim Training mit smovey auch auf dem psychosozialen Aspekt. Das Training in der Gruppe steigert die Motivation und das Durchhaltevermögen. Freude und positive Erfahrungen, eine Steigerung des Selbstwertgefühls und positive Erlebnisse in der Gruppe sind besonders für die psychische Gesundheit von Parkinson-Betroffenen wesentlich und können einen wertvollen Beitrag für einen möglichst langen Erhalt der Lebensqualität leisten!

smovey bei Parkinson - swing-move and smile!



Parallelschwung

Beide Arme mit den smovey neuroVIBE nach vorne auf Schulterhöhe bringen und dann gleichzeitig zurück und wieder nach vorne schwingen.



Natürlicher Schwung

Ein Arm ist vorne, der andere hinten. Abwechselnd mit den Armen wie beim Gehen diagonal nach vorne und zurück schwingen.



Paralleler Seitschwung

Beide Arme mit den Handrücken nach oben zur Seite strecken und die smovey neuroVIBE vor dem Oberkörper seitlich hin und her schwingen.



Kreuzschwung

Beide Arme mit den smovey neuroVIBE vor dem Brustkorb überkreuzen und nach außen und wieder nach innen schwingen.



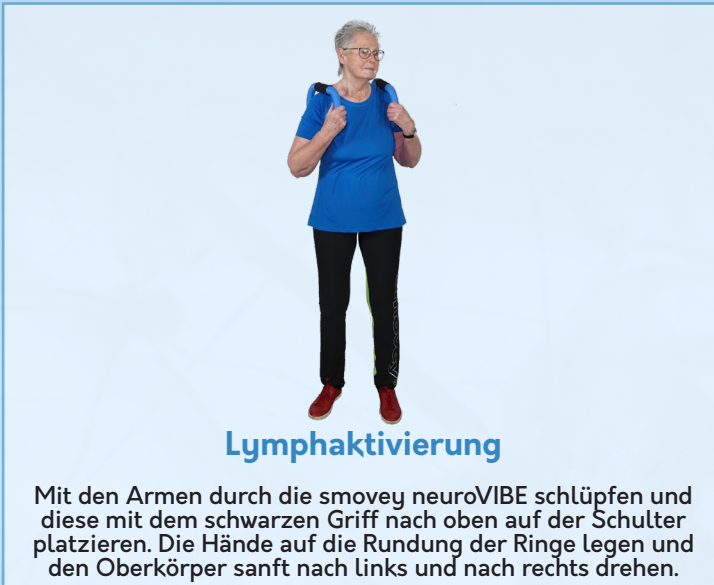
Criss-Cross

Ein Arm ist auf Brusthöhe, der andere Arm hinten. Der obere Arm schwingt nach außen und innen und der untere Arm nach vorne und hinten. Dann Seite wechseln.



Überzüge

Beide Arme mit den smovey neuroVIBE über den Kopf bringen und nach unten und wieder nach oben schwingen.



Literaturverzeichnis:

1. Springer Medizin InFo Neurologie (2019) 21: 17. <https://doi.org/10.1007/s15005-019-0049-7>
2. Manfred Gerlach, Heinz Reichmann, Peter Riederer (2007), Die Parkinson Krankheit: Grundlagen, Klinik, Therapie, Springer-Verlag, Wien (S 15-19)
3. Horst Przuntek, Thomas Müller (2002): Der multimorbide Parkinsonpatient, Springer Verlag Berlin Heidelberg
4. Evelyn Ludwig, Renate Annecke, Elke Löbring (2007): Der große TRIAS-Ratgeber Parkinson-Krankheit, Verlag Trias
5. O. Ceballos-Baumann, F. E. Schroeteler, U. M. Fietzek, K. Ziegler (2018): Aktivierende Therapien bei Parkinson, Nervenheilkunde 2018; 37(04): 264-271, DOI: 10.1055/s-0038-1641684
6. Haas, Christian T. | Turbanski, Stephan | Kessler, Kirn | Schmidtbleicher, Dietmar(2006):The effects of random whole-body-vibration on motor symptoms in Parkinson's disease, NeuroRehabilitation 21 (2006) 29-36
7. Stephan Turbanski , Christian T. Haas , Dietmar Schmidtbleicher , Antje Friedrich & Petra Duisberg(2007):Effects of random whole-body vibration on postural control in Parkinson's disease Pages 243-256 | Received 02 Jan 2005, Accepted 02 Jun 2005, Published online: 01 Feb 2007
8. G. Huber (2006): Vibrationstraining in der Sporttherapie, Bewegungstherapie und Gesundheitssport 2006, 22 (2): 46-51, Georg Thieme Verlag Stuttgart New York, DOI: 10.1055/s-2006-933386
9. W. Enzensberger, U. Oberländer, K. Stecker (1997): Metronomtherapie bei Parkinsonpatienten,K. Nervenarzt (1997) 68: 972, Springer-Verlag <https://doi.org/10.1007/s001150050225>
10. Pieter Ginis, Alice Nieuwboer, Elke Heremans (2013): Cueing und Biofeedback: Kompensationsstrategien von Patienten mit Parkinson-Syndrom, neuroreha 2013; 05(03): 134-138,DOI: 10.1055/s-0033-1355434, Georg Thieme Verlag Stuttgart KG
11. Ute Grust,(2015): BIG-Therapie bei Parkinson-Erkrankung, <http://dx.doi.org/10.17169/refubium-13328>

Folgende Modelle findest du auch in unserem Shop:

Der **smoveyCLASSIC** zeichnet sich durch seinen Moosgummigriff aus. Aufgrund dessen werden die Vibrationen sanft übertragen. smoveyCLASSIC eignet sich ideal zum Walken.



Erhältlich in den Farben:

- Grün
- Orange
- Schwarz
- Türkis



Der **smoveyPOWER** ist eine dynamische Weiterentwicklung des smoveyCLASSIC. Er zeichnet sich durch seine runde Form und den vier/sechs durchlaufenden Stahlkugeln aus. smoveyPOWER ist für das Kraft-, Tanz- und Lauftraining geeignet.

Erhältlich mit vier Kugeln in der Farbe:

- Grün

Erhältlich mit sechs Kugeln in der Farbe:

- Schwarz



Der **smoveySOLID** besitzt einen hohen strapazierfähigen und belastbaren Griff. Aufgrund der einfachen Reinigung mit Desinfektionstuch ist dieser sehr hygienisch. Durch seinen ergonomisch geformten Griff liegt der smoveySOLID besonders gut in der Hand und die Vibrationen sind noch intensiver.



Der **smoveyAQUA** ist speziell für Aqua-Trainings entwickelt worden. Aufgrund eines hochwertigen Klebers ist dieser smovey wasserdicht und auch für die Benutzung im Salzwasser geeignet. Er trocknet schnell und ist leicht zu reinigen. Das Griffsystem ist dem smoveySOLID gleichzustellen.



smovey neuroVIBE

...zur Förderung und Aktivierung der Funktionen von
Bewegungsapparat und Nervensystem

Du willst mehr über
smovey neuroVIBE wissen?

Weitere Informationen findest du
unter:

www.smovey.com/neurovibe oder direkt mittels QR Code.

Einfach auf deinem Handy scannen
und losschwingen!

scan here



smovey GmbH | Weinzierlstraße 2a | A-4400 Steyr | +43 7252 / 716 10
office@smovey.com | www.smovey.com