



Essentieller Tremor: Wesentliche Fakten für Patienten

WAS IST EIN ESSENTIELLER TREMOR?

Beim essentiellen Tremor (ET) handelt es sich um die häufigste Bewegungsstörung. Er ist auch bekannt als benigner essentieller Tremor, familiärer Tremor oder erblicher Tremor. Patienten mit ET können unter anderem an unkontrollierbarem Zittern (Tremor) in den Händen, am Kopf, der Stimme oder anderen Körperteilen leiden. Die Erkrankung beginnt normalerweise im Erwachsenenalter und kann sich mit zunehmendem Alter verschlechtern. Der Tremor wird am ehesten bemerkt wenn die Hände ausgestreckt werden, oder feinmotorische Bewegungen ausgeführt werden (beispielsweise eine Tasse halten, einen Löffel benutzen oder beim Schreiben). Der Tremor hört normalerweise auf wenn die Hände oder Arme komplett entspannt sind, wenn sie zum Beispiel im Schoß liegen. Stress kann den Tremor zeitweise verschlimmern.

WAS IST DIE URSACHE FÜR EINEN ET?

Die Ursache für den essentiellen Tremor ist derzeit nicht bekannt, jedoch haben mehr als 50% der Patienten ebenfalls ein Familienmitglied mit Tremor. Forscher konnten bis jetzt die für einen ET verantwortlichen Genveränderungen noch nicht genau identifizieren. Bei Patienten, die Angehörige mit ET haben, beginnen die Symptome meist etwas früher. Forscher gehen davon aus, dass sich der ET im Gehirn entwickelt, obwohl unterschiedliche bildgebende verfahren Normalbefunde zeigen. Es gibt keinen sicheren diagnostischen Test für den ET. Jedoch kann ihr Arzt sie auf andere Erkrankungen testen, die Zittern auslösen oder einen essentiellen Tremor verschlimmern können, wie z.B. eine Schilddrüsenerkrankung. Ebenso können einige Medikamente Tremor auslösen oder einen essentiellen Tremor verschlechtern.

GIBT ES EINE BEHANDLUNG?

Es gibt effektive Therapien die Symptome des Zitterns verbessern können, aber es gibt keine Heilung. Durch das Verwenden von schweren Tassen oder auch das Tragen von Handgelenksgewichten können Symptome bei einigen Patienten gelindert werden. Andere Patienten können von einer medikamentösen Therapie profitieren. Die Medikamente werden typischerweise nach einem Versuch-und-Irrtum Schema verabreicht, d.h. ausprobiert. Abhängig vom individuellen Patienten wirken einige besser als andere, wobei das Ansprechen auf ein Medikament beim individuellen Patienten nicht

vorhergesagt werden kann. Folgende Medikamente können helfen:

- Beta-Blocker, wie z.B. Propranolol
- Diverse Antiepileptika, wie z.B. Primidon, Gabapentin, Topiramamat oder Clonazepam

Ihr behandelnder Arzt wird Ihnen womöglich vorschlagen den Koffeinkonsum, die Einnahme von Stimulanzien oder die Einnahme tremorigener (d.h. Tremor-verstärkende) Medikamente zu reduzieren oder sogar darauf zu verzichten. Bei manchen Tremortypen kann die Injektion von Botulinum Toxin wirksam sein. Botulinum Toxin wird direkt in die für den Tremor verantwortlichen Muskeln injiziert, wobei vorübergehend die entsprechenden Muskeln geschwächt werden. Diese Injektionen werden typischerweise 2 bis 4 Mal pro Jahr wiederholt und wirken am besten bei Patienten mit Kopf- oder Stimmtremor.

Viele Patienten profitieren von medikamentösen Therapien. Obwohl medikamentöse Therapien Mittel der ersten Wahl sind, sollte bei Patienten mit schweren Tremor Symptomen oder unzureichendem Ansprechen auf medikamentöse Therapien eine chirurgische Therapie in Betracht gezogen werden. Ihr behandelnder Neurologe kann Sie darüber ausreichend informieren. Es gibt mehrere chirurgische Therapieoptionen für den ET:

- Thalamotomie: Eine Art von Neurochirurgie bei der ein Teil des Gehirnes, der Thalamus, zerstört wird
- Tiefenhirnstimulation (DBS): Eine chirurgische Methode, bei der ein dünner Draht (auch Elektrode genannt) in den Thalamus eingebracht wird, der mit einem Schrittmacher verbunden ist, welcher sich normalerweise unter der Haut unterhalb des Schlüsselbeines befindet. Hierbei handelt es sich um ein Verfahren, welches auch wieder rückgängig gemacht werden kann.
- Fokussierter Ultraschall: Durch eine äußerliche Anwendung werden Ultraschallwellen auf einen Teil des Thalamus konzentriert. Dadurch wird diese Gehirnregion auf etwa 60 Grad erhitzt und zerstört. Dieser Vorgang lässt sich nicht rückgängig machen.
- Andere chirurgische Verfahren.



Essentieller Tremor: Wesentliche Fakten für Patienten

IST DER ESSENTIELLE TREMOR EINE FORM DER PARKINSON ERKRANKUNG?

Nein, der ET ist ca. 10-Fach häufiger als die Parkinson Erkrankung. Im Gegensatz zum ET ist bei der Parkinson Erkrankung der Hand-Tremor typischerweise am stärksten, wenn die Hände des Patienten entspannt sind und keine Aktivität verrichten (sogenanntes Ruhezittern). Andere beim ET nicht auftretende Symptome der Parkinson Erkrankung können Bewegungsverlangsamung, Schwierigkeiten beim Laufen, Muskelsteifigkeit, andere Symptome oder Auffälligkeiten in der neurologischen Untersuchung beinhalten.

WAS KANN ICH VON EINEM LEBEN MIT EINEM ET ERWARTEN?

Der ET verringert ihre Lebenserwartung nicht. Der Tremor kann sich zwar mit der Zeit verschlechtern, allerdings stellt sich eine derartige Verschlechterung im Normalfall langsam über viele Jahre ein. Einige Patienten erfahren einen gewissen Grad an Behinderung beim Schreiben, Essen oder Trinken. Für manche Patienten kann der ET auch die Ursache für soziale Behinderung bis hin zum sozialen Rückzug sein. Ein mild ausgeprägter Tremor benötigt in der Regel keiner Therapie. Eine frühzeitige Behandlung hat keinerlei Einfluss auf den natürlichen Verlauf der Erkrankung. Wenn der Tremor ihre Aktivitäten des täglichen Lebens einschränkt oder Ihnen Probleme bereitet, sollten sie über eine medikamentöse Therapie nachdenken.