

# HILDE-ULRICHS-STIFTUNG FÜR PARKINSONFORSCHUNG

27. November 2014 - Newsletter von PRIME TIME fitness, Frankfurt am Main

## Von Willen und Wegen: Stephanie Heinze bietet Parkinson die Stirn.

Erfolg des Monats:

Stephanie Heinze trainiert erst seit Oktober 2014 bei PRIME TIME fitness in Frankfurt Sachsenhausen, aber Sport gemacht hat sie eigentlich schon immer. Stephanie ist 46 Jahre und hat Parkinson.

Gerade bei jüngeren Parkinson-Patienten kann Sport erreichen, dass nicht nur die Beweglichkeit, sondern auch die Hirntätigkeit gefördert wird. Gesunde Zellen können so mitunter lernen, die Aufgabe der kranken Zellen ein Stück weit zu übernehmen. Da die Beschwerden bei Parkinson-Patienten hauptsächlich in Bewegung auftreten, neigt eine Vielzahl der Betroffenen dazu, sich zu schonen und Bewegungen so wenig wie möglich auszuführen.

Dies hat zur Folge, dass sich Gelenke deutlich schneller versteifen, Muskeln sich durch die Schonhaltung verspannen und der Verlauf der Erkrankung eher beschleunigt wird. Als Vorsorge dienen regelmäßige sportliche Aktivitäten. Das Braucht Antrieb und Wille. Stephanie Heinze hat beides.

Kurz vor ihrem 40. Geburtstag bekam sie die Diagnose Morbus Parkinson. Das war zuerst einmal ein Schock, kennt man doch Parkinson weitestgehend nur als Alterskrankheit. Jedes Jahr erkranken in Deutschland 10 bis 20 Tausend Menschen an Morbus Parkinson.

Seit März 2014 koordiniert Stephanie nun als Stiftungsbeauftragte der Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung die bundesweiten Aktivitäten für Parkinsonforschung. Die Beratung von jung erkrankten Patienten ist für sie eine zentrale Aufgabe. Wer die Diagnose in jungen Jahren bekommt, steht vor ganz anderen Problemen als jemand, der mit 75 Jahren erkrankt. Zusätzlich zu den gesundheitlichen Aspekten fragen sich die Betroffenen, wie es weitergeht mit Familie, Kindern, finanzieller Situation und Beruf.

### Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung

Vorsitzender des Stiftungsbeirates: Hermann Terweiden  
Entenfang 7 / 61197 Florstadt-Staden  
Tel: 06035/970306 + Fax: 06035/970307  
email: hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com  
www.parkinsonweb.com www.facebook.com/HildeUlrichsStiftung  
Mitglied im Bundesverband Deutscher Stiftungen e.V.  
Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband Hessen

### Spendenkonto Frankfurter Sparkasse

Konto-Nr: 200 355 376  
BLZ: 500 502 01  
IBAN: DE06500502010200355376  
BIC-/SWIFT: HELADEF1822



# HILDE-ULRICHS-STIFTUNG FÜR PARKINSONFORSCHUNG

PRIME TIME fitness freut sich sehr, Stephanie bei ihren Sportlichen Aktivitäten unterstützen zu können.

<http://www.primetime-fitness.de/>



171

## Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung

Vorsitzender des Stiftungsbeirates: Hermann Terweiden

Entenfang 7 / 61197 Florstadt-Staden

Tel: 06035/970306 + Fax: 06035/970307

email: [hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com](mailto:hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com)

[www.parkinsonweb.com](http://www.parkinsonweb.com) [www.facebook.com/HildeUlrichsStiftung](http://www.facebook.com/HildeUlrichsStiftung)

Mitglied im Bundesverband Deutscher Stiftungen e.V.

Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband Hessen

## Spendenkonto Frankfurter Sparkasse

Konto-Nr: 200 355 376

BLZ: 500 502 01

IBAN: DE06500502010200355376

BIC-/SWIFT: HELADEF1822



# HILDE-ULRICHS-STIFTUNG FÜR PARKINSONFORSCHUNG

## **Hilde-Ulrichs-Stiftung für Parkinsonforschung**

Vorsitzender des Stiftungsbeirates: Hermann Terweiden

Entenfang 7 / 61197 Florstadt-Staden

Tel: 06035/970306 + Fax: 06035/970307

email: [hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com](mailto:hilde-ulrichs-stiftung@parkinsonweb.com)

[www.parkinsonweb.com](http://www.parkinsonweb.com) [www.facebook.com/HildeUlrichsStiftung](http://www.facebook.com/HildeUlrichsStiftung)

Mitglied im Bundesverband Deutscher Stiftungen e.V.

Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband Hessen

## **Spendenkonto Frankfurter Sparkasse**

Konto-Nr: 200 355 376

BLZ: 500 502 01

IBAN: DE06500502010200355376

BIC-/SWIFT: HELADEF1822

