

aller Regel sehr viele verschiedene Muskeln von der Dystonie betroffen sind.

Langzeituntersuchungen haben gezeigt, dass nur etwa die Hälfte der mit Botulinumtoxin behandelten Schreibkrampf Betroffenen längerfristig von einer solchen Therapie profitieren. Krankengymnastik, Ergotherapie und andere physikalische Verfahren helfen manchen Betroffenen, die Symptome zumindest zeitweise zu lindern.

Es empfiehlt sich, sich an Handtherapeuten zu wenden, von denen einige auch Erfahrungen mit der Behandlung des Schreibkrampfes haben. Es werden neben Hilfsmitteln wie z. B. Schienen, Griffverdickungen, besondere Schreibgeräte auch verschiedene Trainingsmöglichkeiten und Entspannungsübungen angeboten. Die Suche nach einem Handtherapeuten kann über die Webseite der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Handtherapie e. V. (www.daht.de) erfolgen.

Es gibt mittlerweile verschiedene Arbeitsgruppen, die die Möglichkeit und den klinischen Erfolg eines spezifischen Trainings untersuchen.

Was ist Dystonie?

Dystonie ist eine neurologische Erkrankung. Es handelt sich um eine Bewegungsstörung, die gekennzeichnet ist durch eine Überaktivität der Muskeln. Diese führt zu unwillkürlichen, d. h. nicht steuerbaren Verkrampfungen. Die Folge sind abnorme Bewegungen und Haltungen der betroffenen Körperbereiche. Muskeln ziehen sich kurzzeitig oder anhaltend zusammen, ohne dass der Betroffene dies beeinflussen kann. Bestimmte Funktionen werden dadurch eingeschränkt. Der Patient leidet oftmals unter Schmerzen.

Eine Dystonie kann jeden treffen – in jedem Alter, in jeder Lebenssituation. Dystonie ist eine organische und keine psychische Erkrankung. Dystonie führt nicht zu einer Beeinträchtigung der geistigen Leistungsfähigkeit.

Zu guter Letzt

Dystonie ist eine seltene und noch wenig bekannte Krankheit. Wenn Betroffene Krampfanfälle in der Öffentlichkeit erleiden, stoßen sie nicht selten auf Unverständnis oder zumindest Hilflosigkeit. Die Unkenntnis über die Krankheit kann im Ernstfall gefährlich für den Betroffenen werden.

Hinzu kommt, dass Betroffene nicht selten eine jahrelange Odyssee an Arztbesuchen hinter sich haben, bevor die Diagnose Dystonie gestellt wird.

Die Unsicherheit bezüglich der eigenen Erkrankung und die weit verbreitete Unkenntnis in Bezug auf Dystonie in der Öffentlichkeit sind zwei Faktoren, unter denen Betroffene sehr stark leiden. In den meisten Fällen ziehen sich Menschen mit Dystonie immer mehr zurück, weil ihnen Krampfanfälle in der Öffentlichkeit peinlich sind.

Wichtig für das Selbstwertgefühl der Patienten sind die persönliche Auseinandersetzung mit der Diagnose und die ständige Information über Therapiemöglichkeiten. Neben einer guten, individuellen Therapie trägt das soziale Umfeld mit verständnisvollen Freunden und Angehörigen erheblich dazu bei, dass der Betroffene die Dystonie annimmt und bewältigt.

Eine große Rolle spielt der Austausch mit anderen Dystonie-Patienten. In den regionalen Selbsthilfegruppen der Deutschen Dystonie Gesellschaft e.V. (DDG) finden Betroffene Rat und Hilfe.

„Nur gemeinsam sind wir stark“ –

**Werden Sie Mitglied bei der
Deutschen Dystonie Gesellschaft e.V.!**

Die DDG-Gruppenleiter der in Ihrer Nähe befindlichen Regionalgruppe oder die DDG-Geschäftsstelle informieren Sie gern und senden Ihnen auf Wunsch ein Antragsformular zu.

Das Antragsformular (Beitrittserklärung) finden Sie ebenfalls auf der Homepage der DDG unter www.dystonie.de.

Schreibkrampf



Graphospasmus



Dystonie



Deutsche Dystonie Gesellschaft e.V.
Theodorstraße 41 P
22761 Hamburg
Tel.: 040/87 56 02
Fax: 040/87 08 28 04
E-Mail: info@dystonie.de

Irritiert schaut die Sekretärin auf ihre verkrampfte Hand. Sie kann einfach nicht weiter schreiben.

Dem Tennistrainer will es einfach nicht gelingen, eine Rückhand zu demonstrieren.

Alle Personen haben Muskelkrämpfe, die die „Arbeitshand“ zeitweise verkrampfen lassen. Die Diagnose: „Schreibkrampf“.

Was ist ein Schreibkrampf?

Der Schreibkrampf ist eine meist örtlich begrenzte (d. h. fokale) Dystonie. Beim Schreibkrampf handelt es sich wie bei allen Dystonieformen um eine organische und keine psychische Erkrankung. Dazu zählen auch aufgabenspezifische Dystonien, die typischerweise bei der Durchführung bestimmter Tätigkeiten auftreten.

Beispielsweise kommt es zu Verkrampfungen des Unterarmes, der Hand und/oder der Finger beim Schreiben (Schreibkrampf), beim Musizieren, beim Benutzer einer Tastatur (Schreibmaschinenkrampf) oder beim Golf spielen (Golferkrampf; international bekannt als Yips). Oft sind Patienten betroffen, die diese Tätigkeit über Jahre besonders häufig ausgeführt haben. Kennzeichnend für diese Art von Dystonien ist, dass die Bewegungsstörung vorwiegend dann ausgelöst wird, wenn der Betroffene bestimmte komplizierte und über lange Zeit intensiv geübte Bewegungen ausführt.

Charakteristisch ist, dass die Verkrampfung nicht gleich zu Beginn auftritt, sondern erst im Verlauf der spezifischen Tätigkeit. Erst bei zunehmendem Fortschreiten über Jahre kann es vorkommen, dass die Verkrampfung auftritt, sobald z. B. ein Stift in die Hand genommen wird.

Formen des Schreibkrampfes

Ein einfacher Schreibkrampf kann ausschließlich beim Schreiben auftreten. Einzelne Finger, die ganze Hand oder der Unterarm verkrampfen sich, so dass das Weiterschreiben nicht möglich ist. Die Betroffenen haben bei anderen feinmotorischen Tätigkeiten, wie z. B. dem Nähen oder Basteln, keine Probleme.

Treten die Muskelkrämpfe auch bei anderen Tätigkeiten der Hand auf, wie z. B. beim Essen, beim Tennisspielen oder beim Auf- und Zuknöpfen von Hemden, spricht man von einem komplexen Schreibkrampf.

Entwickeln Betroffene im Laufe der Zeit auch eine dystone Fehlstellung der Hand bei der Ausübung verschiedener manueller Tätigkeiten, spricht man von einem fortschreitenden (bzw. progredienten) Schreibkrampf.

Ursachen

Meist kann für den Schreibkrampf keine Ursache gefunden werden. Wissenschaftliche Untersuchungen deuten aber auf folgende mögliche Ursachen hin:

1. Veranlagung (Genetik)

Einen genetischen Nachweis für den Schreibkrampf gibt es derzeit noch nicht. Es gibt allerdings Familien, in denen Angehörige von Betroffenen entweder ebenfalls eine sogenannte fokale Dystonie oder eine andere Bewegungsstörung wie z. B. ein Parkinson-Syndrom haben. Zusätzlich können äußere Einflüsse eine Rolle spielen (z. B. besonders häufiges Schreiben über viele Jahre).

2. Störungen in der Großhirnrinde

Wissenschaftliche Studien konnten zeigen, dass es bei diesem Krankheitsbild zu funktionellen Veränderungen in der sensorischen und motorischen Großhirnrinde gekommen ist, die möglicherweise mit der häufigen und immer wiederkehrenden Benutzung der Hand in Verbindung stehen. Einerseits konnte mit Hilfe von bildgebenden Verfahren nachgewiesen werden, dass die normalerweise in bestimmter Weise geordneten Repräsentationen der Körperteile auf der sensorischen und motorischen Hirnrinde vergrößert und desorganisiert sind. Darüber hinaus gibt es eindeutige Hinweise dafür, dass die hemmenden Impulse, die normalerweise von der motorischen Hirnrinde zu den Muskeln geleitet werden, gestört sind, und wahrscheinlich zu Verkrampfungen führen.

3. Überbelastungssyndrom (das sogenannte „Overuse Syndrom“)

Manche Patienten entwickeln einen Schreibkrampf als Folge einer Nervenverletzung. Auffällig ist, dass das Auftreten eines sogenannten Karpaltunnelsyndroms mit nächtlichem Kribbeln in der betroffenen Hand bei Schreibkrampfpatienten besonders häufig ist. Es wird vermutet, dass die häufige Benutzung der betroffenen Hand das Auftreten einer aufgabenspezifischen Dystonie im Sinne eines Overuse Syndroms begünstigt.

Diagnose

Der Schreibkrampf ist eine aktionsspezifische Dystonie. Daher ist eine korrekte Diagnose in der Regel klinisch problemlos zu stellen. Unter elektromyografischer Kontrolle (EMG) lässt sich exakt feststellen, welche Hand-, Finger- und Armmuskeln von der Dystonie betroffen sind. Die Kenntnis hierüber ist für eine optimal wirksame Therapie wichtig und nützlich.

Therapiemöglichkeiten des Schreibkrampfes

Noch ist eine dauerhafte Heilung des Schreibkrampfes nicht möglich. Weltweit sind Ärzte jedoch mit der Erforschung neuer und Erfolg versprechender Behandlungsmöglichkeiten befasst. Für eine kürzere oder längere Zeit hat sich bei einigen Betroffenen Folgendes als hilfreich und lindernd bewährt:

- Veränderte Stifthaltung
- Versuch verschiedener Schreibhaltungen, z. B. das Schreiben auf dem Schoß oder an der Tafel
- Wahl von Schreibgeräten mit dickeren Griffen und weichen Minen
- Einsatz von Schreibmaschine oder Computer
- Wechsel zu einer weniger schreibintensiven Tätigkeit

Leider entwickeln viele Betroffene auch nach Einsatz derartiger Maßnahmen dystone Verkrampfungen der Finger-, Hand- oder Armmuskeln bei Ausübung der die Dystonie auslösenden Aktivität.

Weniger zu empfehlen ist das Umlernen auf die nicht betroffene Hand: z. B. das Schreiben mit der linken Hand, wenn die rechte vom Schreibkrampf betroffen ist.

Die Erfahrung zeigt, dass die meisten Betroffenen nach einiger Zeit auch in der zuvor nicht betroffenen Hand eine dystone Bewegungsstörung entwickeln.

Hilfreich kann eine Injektionstherapie mit Botulinumtoxin (BTX) sein, wenn die genannten Änderungen beim Einsatz der betroffenen Hand nicht zum Erfolg führen. Diese Therapie verspricht bei Betroffenen mit Schreibkrampf jedoch nur einen begrenzten Erfolg. Das liegt vor allem daran, dass in