

sache; man spricht dann vom sogenannten essentiellen Tremor, der mit dem Alter zunimmt. All diese Phänomene weisen zu Beginn eine Gemeinsamkeit auf: Die Betroffenen reagieren mit Unruhe oder sogar Angst auf die Zitterbewegungen. So mancher vermutet dahinter eine schwere Krankheit. Eine kurze Recherche im Internet führt sodann viele aufs Glatteis und steigert die Befürchtungen.

Zu zittern bedeutet ja ein Stück weit, die Kontrolle über den eigenen Körper verloren zu haben. Denn das Zittern geschieht unwillkürlich, man kann es willentlich nicht einfach abstellen. Einige der Betroffenen schämen sich sogar für ihr Leiden und fast alle versuchen, ihre zitternden Hände irgendwie zu verstecken. In ihren Hosentaschen. Oder sie verstecken sich sozusagen selbst, indem sie sich von der Welt zurückziehen, nur damit niemand merkt, dass ihre Hände nicht zur Ruhe kommen.

Keine seltene Erkrankung

Tremor stellt keine seltene Erkrankung dar. Ein Artikel des Deutschen Ärzteblatts vom 28. März 2014 (Heft 13) bezeichnet den essentiellen Tremor als die häufigste aller Bewegungsstörungen: Bis zu fünf Prozent der über 65-Jährigen und bis zu 21 Prozent der über 95-Jährigen leiden demnach unter unwillkürlichem Zittern. Ein ähnliches Bild zum essentiellen Tremor zeichnet die Deutsche Gesellschaft für Neurologie (DGN) in ihren Tremor-Leitlinien.

