

gut: nach Gymnastik

37C

allgemeine Angaben		00ALL %	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
allgemeine Fragen								0
Männerquote (Frauenquote = 100% - Männerquote)			61,9	58,3	3,6	59,3	2,6	00B
Anzahl Probanden			97,0	139,0	-42,0	236,0	-139,0	01SIGEL
Wert/Code			1,0	0,0	1,0	9,0	-8,0	Value
Lebenseinstellung		01LEB %	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Selbsteinschätzung								11
ernst			42,3	41,7	0,5	42,0	0,3	11.1
pflichtbewußt			88,7	82,0	6,6	84,8	3,9	11.2
strebsam			51,5	51,8	-0,3	51,7	-0,1	11.3
gründlich			59,8	52,5	7,3	55,5	4,3	11.4
Empfindsam, "dünnhäutig"			54,6	49,6	5,0	51,7	2,9	11.5
fröhlich			39,2	31,7	7,5	34,8	4,4	11.6
spontan			25,8	15,8	9,9	19,9	5,9	11.7
leichtlebig			2,1	4,3	-2,3	3,4	-1,3	11.8
humorvoll			27,8	28,1	-0,2	28,0	-0,1	11.9
musikalische Betätigung								12
Instrument gespielt?			24,7	22,3	2,4	27,5	-2,8	16A
psychosoziale Faktoren								13
Spannungen: im Beruf			34,0	26,6	7,4	29,7	4,4	21BER
Spannungen: in der Familie			48,5	46,8	1,7	47,5	1,0	21FAM
Spannungen: im Freundes/Bekanntkreis			6,2	3,6	2,6	4,7	1,5	21FREU
Neigung eigene Gefühle zu unterdrücken			61,9	68,3	-6,5	65,7	-3,8	22
Depressionsquote			33,0	33,8	-0,8	64,4	-31,4	34JN
Ernährung, Verdauung, Genußmittel		02ERN %	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Ernährung allgemein								20
Viel Obst und Rohkost im Jahr. vor Erkrankung			55,7	54,7	1,0	55,1	0,6	24
Gerne süße Speisen/Cola/Limo			75,3	82,7	-7,5	79,7	-4,4	26A
Heißhunger auf Süßes			48,5	51,1	-2,6	50,0	-1,5	26B
Konnte Mahlzeit auslassen			60,8	68,3	-7,5	65,3	-4,4	27A
Aß Kleinigkeit zwischen Mahlzeiten			34,0	41,7	-7,7	38,6	-4,5	27B
Nahrungsgewohnheiten geändert			45,4	26,6	18,7	34,3	11,0	35
Verdauungsbeschwerden								22
Verdauungsbeschwerde Blähungen			33,0	36,7	-3,7	35,2	-2,2	28BLAE
Verdauungsbeschwerde Durchfall			2,1	7,9	-5,9	5,5	-3,4	28DURC
Verdauungsbeschwerde Verstopfung			41,2	41,7	-0,5	41,5	-0,3	28VERS
Kaffee/Tee								25
Kaffeetrinker			68,0	67,6	0,4	69,9	-1,9	20KAF
Teetrinker			50,5	47,5	3,0	52,0	-1,5	20TEE
Anzahl Tassen Kaffee/Tag			2,3	2,5	-0,1	2,4	-0,1	20KTA
Anzahl Tassen Tee/Tag			1,5	1,2	0,3	1,3	0,2	20TTA
Alkohol								26
Alkohol Verträglichkeitsquote			66,0	62,6	3,4	68,0	-2,0	19
Wein vertragen			26,8	33,8	-7,0	30,9	-4,1	19C1
Sekt vertragen			18,6	20,9	-2,3	19,9	-1,4	19C2
Bier vertragen			37,1	31,7	5,5	33,9	3,2	19C3
Branntwein vertragen			10,3	7,2	3,1	8,5	1,8	19C4
Likör vertragen			12,4	12,2	0,1	12,3	0,1	19C5
Rauchen								27
Wie stark geraucht?			34,0	29,5	4,5	0,4	33,7	17S
Konstitution		03KON %	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Belastung und Belastbarkeit								32
Erblichkeitsquotient			16,5	10,1	6,4	12,7	3,8	10

Wie belastbar früher?						78,4	79,9	-1,5	79,2	-0,9	12A
Wie belastet im Jahrz. vor Parkinson?						71,1	61,9	9,3	65,7	5,5	12B
Konstitution, Schlaf											33
Wie groß war Schlafbedarf?						53,6	52,5	1,1	53,0	0,6	13
Ich ging gerne früh schlafen.						45,4	46,0	-0,7	45,8	-0,4	13B
War früh schlafen möglich?						52,6	49,6	2,9	50,9	1,7	13C
Konstitution, sportliche Betätigung											34
Sport, Jogging, Gymn. (Jahrz. vor PK)						42,3	41,0	1,3	41,5	0,7	15A
Wie häufig Gymnastik (Jahrz. vor PK)						25,8	21,6	4,2	23,3	2,5	15GYM
Wie häufig Jogging (Jahrz. vor PK)						7,2	8,6	-1,4	8,1	-0,8	15JOG
Wie oft Sport (Jahrz. vor PK)						32,0	22,3	9,7	26,3	5,7	15SPO
Einflußfaktoren auf Symptomatik											
					05 COP %	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Verschlechterungen durch ...											35
schlechter: Überanstrengung						69,1	61,2	7,9	64,4	4,7	36A1
schlechter Aufregung,Sorge						84,5	71,2	13,3	76,7	7,8	36A2
schlechter: Hetze						67,0	66,2	0,8	66,5	0,5	36A3
schlechter: Zu wenig Schlaf						38,1	30,9	7,2	33,9	4,2	36A4
schlechter: Zu wenig Trinken						14,4	10,8	3,6	12,3	2,1	36A5
schlechter: Klimastürze						57,7	55,4	2,3	56,4	1,4	36A6
schlechter: Hitze						41,2	36,7	4,5	38,6	2,7	36A7
schlechter: Schlechte Luft						34,0	28,8	5,2	30,9	3,1	36A8
schlechter: Tabakrauch						25,8	23,0	2,8	24,2	1,6	36A9
Verbesserungen durch...											36
gut: in heiterer Gesellschaft						63,9	55,4	8,5	58,9	5,0	37A
gut: bei leichter Musik						51,5	36,7	14,9	42,8	8,7	37B
gut: nach Gymnastik									41,1		37C
gut: nach dem Schlafen						50,5	36,0	14,5	42,0	8,6	37D
gut: in frischer Luft						69,1	69,1	0,0	69,1	0,0	37E
gut: nach Entspannungsübungen						55,7	24,5	31,2	37,3	18,4	37F
gut: nach dem Schwimmen						33,0	12,2	20,8	20,8	12,2	37G
Krankheitsverlauf											
					06 SYM %	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Krankheitsverlauf, Symptomatik											37
32 Äquivalenztyp J/N						37,1	27,3	9,8	31,4	5,8	32EQUI
32 Rigordominanztyp J/N						39,2	43,9	-4,7	42,0	-2,8	32RIGO
32 Tremordominanztyp J/N						23,7	28,8	-5,1	26,7	-3,0	32TREM
Beschwerden seit Diag. schlimmer?						75,3	81,3	-6,0	78,8	-3,6	33BS
Versteifung seit Diagnose besser?						26,8	19,4	7,4	22,5	4,3	33VB
Versteifung seit Diagnose schlimmer?						55,7	56,8	-1,2	56,4	-0,7	33VS
Zittern seit Diagnose gebessert?						33,0	26,6	6,4	29,2	3,7	33ZB
Zittern seit Diagnose zugenommen?						49,5	52,5	-3,0	63,1	-13,7	33ZS
offene Fragen											
					08 OFF Anzahl	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Verweise auf Ergebnisse offener Fragen											38
Anzahl Medikamente heute						3,1	2,9	0,2	3,0	0,1	ANZ30H
Angaben zu 31 Ärzten						0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	ANZ31ARZ
Angaben zu 31 Behandlungen						3,5	3,2	0,3	3,3	0,2	ANZ31BEH
Anzahl Medikamente V31						0,2	0,2	0,0	0,2	0,0	ANZ31SUM
Anzahl verschlechternde Umstände (offene Listen)						0,3	0,2	0,1	0,2	0,1	ANZ36OFF
Anzahl verbessernde Umstände (offene Listen)						0,3	0,2	0,2	0,2	0,1	ANZ37OFF
Anzahl erwähnenswerte Belastungen (offene Listen)						0,4	0,5	0,0	0,5	0,0	ANZ38OFF
Angaben (offen) zu Krankheitsursachen						7,1	6,9	0,2	7,0	0,1	ANZ6
Angaben zu frühsymptomen						4,4	4,0	0,4	4,1	0,3	ANZ7
Indexe											
					10NDX Index!	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt	
Indexvariablen											39
In gespannten Verhältnissen gelebt						4,5	4,6	-0,2	4,6	-0,1	21
Was früher gegessen?						1,6	1,6	0,0	1,6	0,0	23
beruflicher Aufstieg2						0,5	0,5	0,0			AUFST

beruflicher Aufstieg				0,6	0,8	-0,1	0,7	-0,1	UFSTEIG
Vorlaufsymptome & Lebensalter		11 Jr Jahre	Gymnastik	nein/k.A.	Differenz	Durchschnitt Ges.	Differenz zum Durchschnitt		
Zusammenhang mit Lebensalter									41
Alter: Zum Zeitpunkt der Befragung				65,1	66,5	-1,3	66,0	-0,8	LA00C
Alter: Berufsaufgabe				55,3	56,1	-0,8	55,8	-0,5	LA03J
Alter: Diagnose PK				58,3	59,0	-0,6	58,7	-0,4	LA04J
Alter: Auftreten typ. Pk-Beschwerden				53,9	55,5	-1,5	54,9	-0,9	LA05J
Alter: Muskelverspannungen				49,7	51,0	-1,3	50,5	-0,8	LA07AJ
Alter: Gelenk- oder Muskelschmerzen				48,4	50,4	-2,0	49,7	-1,2	LA07BJ
Alter: Schlafstörungen				49,0	49,3	-0,2	46,7	2,4	LA07CJ
Alter: Kopfschmerzen im Hinterkopf				45,9	47,8	-1,9	47,2	-1,3	LA07DJ
Alter: Nachlassen des Geruchssinns				54,4	52,8	1,6	53,6	0,9	LA07EJ
Alter: Tränen der Augen				56,3	57,7	-1,4	57,0	-0,7	LA07FJ
Alter: kleinere/unsichere Schrift				56,7	55,2	1,5	55,4	1,4	LA07GJ
Alter: Leiseres Sprechen				57,3	56,9	0,4	57,1	0,2	LA07HJ
Alter: Gedrücktere Stimmung				53,0	53,6	-0,6	52,4	0,7	LA07IJ
Alter: deutlicher Anzeichen Vergeßlichkeit				55,0	52,0	3,0	52,2	2,8	LA09J
Alter: Beginn Spiel eines Musikinstrumentes				16,9	18,4	-1,5	17,5	-0,6	LA16B
Alter: Aufgabe Spiel eines Musikinstrumentes				35,3	38,8	-3,5	38,2	-2,9	LA16E
Alter: Beginn Rauchen				23,2	22,0	1,2	18,2	5,1	LA17AJ
Alter: Aufgabe Rauchen				48,7	44,9	3,8	46,6	2,1	LA17EJ
Alter: Beginn trauriger Verstimmungen/Depris				52,9	58,9	-6,0	56,7	-3,8	LA34AJ
Alter: Ende trauriger Verstimmungen/Depris				60,5	66,1	-5,6	63,6	-3,2	LA34EJ
Zusammenhang mit Jahr der PK-Diagnose									42
Seit wieviel Jahren Parkinson?				6,7	7,4	-0,6	7,1	-0,4	PK03K
Berufsaustritt/Aufgabe J				-4,1	-4,2	0,2	-4,2	0,1	PK03J
typische PK-Beschw. (retrospektiv)				-3,1	-3,3	0,2	-3,2	0,1	PK05J
Zeitl.Zus.Pk: Muskelverspannung				-8,0	-7,5	-0,5	-7,5	-0,5	PK07AJ
Zeitl.Zus.Pk: Gelenk-/bzw. Muskelschmerzen				-10,6	-8,9	-1,7	-9,4	-1,2	PK07BJ
Zeitl.Zus.Pk: Schlafstörungen x Jahre vor (-) bzw. nach(+) PK-Di				-8,6	-9,1	0,4	-11,7	3,0	PK07CJ
Zeitl.Zus.Pk: Kopfschmerzen im Hinterkopf				-12,4	-11,6	-0,8	-11,7	-0,7	PK07DJ
Zeitl.Zus.Pk: Nachlassen Geruchssinn				-5,0	-6,2	1,1	-5,4	0,3	PK07EJ
Zeitl.Zus.Pk: Tränen der Augen				-5,2	-3,6	-1,6	-4,3	-0,9	PK07FJ
Zeitl.Zus.Pk: Kleinere (oder unsicherere) Schrift				-1,4	-2,1	0,7	-2,2	0,8	PK07GJ
Zeitl.Zus.Pk: Leiseres Sprechen				-1,2	-0,1	-1,1	-0,6	-0,6	PK07HJ
Zeitl.Zus.Pk: Gedrückte Stimmung				-3,0	-4,3	1,3	-4,8	1,8	PK07IJ
Zeitl.Zus.Pk: deutl. Anz. von Vergeßlichkeit				-5,1	-7,5	2,3	-7,3	2,1	PK09J
Zeitl.Zus.Pk: Beginn Musizieren				-38,5	-42,3	3,8	-41,3	2,8	PK16BJ
Zeitl.Zus.Pk: Ende Musizieren				-20,0	-21,9	1,9	-20,3	0,3	PK16EJ
Zeitl.Zus.Pk: Beginn Rauchen				-33,6	-36,4	2,8	-38,0	4,4	PK17AJ
Zeitl.Zus.Pk: Aufgabe des Rauchens				-8,1	-12,4	4,2	-12,3	4,2	PK17EJ
Zeitl.Zus.Pk: Depressionsbeginn				-1,7	-0,4	-1,3	-0,9	-0,7	PK34AJ
Zeitl.Zus.Pk: Ende Depressionen				5,9	6,8	-0,9	6,3	-0,4	PK34EJ
Dauer									43
Dauer Musizieren				18,5	20,4	-2,0	19,6	-1,1	DAUR16
Dauer Rauchen				25,5	22,8	2,6	23,3	2,1	DAUR17
Dauer Depressionen				7,3	7,3	0,0	7,6	-0,2	DAUR34