

Gesundheitsbrünnele

Diagnose Schlaganfall – ich soll zur Ergotherapie?

Ergotherapie ist ein Wegbegleiter zum Erreichen größtmöglicher Selbstständigkeit trotz neurologischer Erkrankung. Menschen die von Schlaganfall oder anderen neurologischen Erkrankungen wie Parkinson, Multiple Sklerose und weiteren betroffen sind, erfahren durch körperliche Beeinträchtigungen eine Einschränkung ihrer Handlungsfähigkeit, ihrer Selbstständigkeit und ihrer Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben. Ergotherapie ist eine Therapieform, die Betroffenen hilft, Alltagstätigkeiten auch mit körperlichen Einschränkungen wieder zu bewältigen, weiß Katja Niederer, Ergotherapeutin der aks Gesundheit Neurologische Reha.

Was ist Ergotherapie?

Niederer: Der Begriff Ergotherapie stammt aus dem Griechischen und besagt so viel wie: Gesundung



Katja
Niederer

durch Handeln. Die Ergotherapie hilft Menschen dabei, eine verloren gegangene oder noch nicht vorhandene Handlungsfähigkeit im Alltagsleben (wieder) zu erreichen. Das Ziel jeder Ergotherapie ist eine zufriedenstellende Ausführung alltäglicher Handlungen und die damit verbundene selbstbestimmte Teilhabe am sozio-kulturellen Leben. Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten erarbeiten gemeinsam mit ihren Patientinnen und Patienten jeweils individuelle Lösungen, damit diese ihre Handlungsfähigkeiten entwickeln, wiedererlangen oder erhalten.

Wann brauchen Patientinnen und Patienten mit neurologischen Erkrankungen Ergotherapie?

Niederer: Eine Ergotherapie bei neurologischen Erkrankungen ist erforderlich, wenn Betroffene Alltagstätigkeiten nicht mehr selbstständig ausführen können. Sei es, weil eine Lähmung die Bewegung der Arme oder Hände einschränkt oder auch Gehirnnareale zum Beispiel für Konzentration, Orientierung oder Aufmerksamkeit betroffen sind. Oder eine Sensibilitätsstörung verhindert möglicherweise, dass ich spüre, wenn ich etwas in der Hand halte. Bei diesen Schwierigkeiten setzt die Ergotherapie an.



Ziele, wie z. B. die selbstständige Körperpflege, werden gemeinsam mit den aks Therapeutinnen und Therapeuten erarbeitet.

Foto: Imagesource

Welche Ziele verfolgt die Ergotherapie in der neurologischen Reha?

Niederer: Die Ziele sind ganz individuell und werden von den Patientinnen und Patienten selber formuliert. Sei es sich wieder selber anziehen oder die Körperpflege verrichten, Einkäufe erledigen oder Mahlzeiten zubereiten zu können. Die Ergotherapeutin oder der Ergotherapeut klärt dann ab, ob durch Funktionstraining die nötige Funktion, zum Beispiel Greifen oder Spüren wieder hergestellt werden kann.

Was passiert, wenn die Funktion nicht mehr oder nicht ausreichend zurückkommt?

Niederer: In diesem Fall wird versucht, die Umgebung des Patienten oder der Patientin anzupassen. Es können etwa spezielle Schienen gebaut werden, die vor Fehl- oder Überbelastung schützen oder Schwellungen und Schmerzen reduzieren. Auch Hilfsmittel erleichtern den Alltag von erkrankten Menschen, ihren Angehörigen und Betreuerinnen und Betreuern wesentlich: Strumpfanzieh- oder Knöpfhilfe, Griffverdickungen um einen Stift leichter halten zu können, spezielle Messer und vieles mehr. Die Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten der aks Gesundheit GmbH beraten Erkrankte, helfen bei der Auswahl und schulen diese im Umgang mit den Hilfsmitteln.

Welche Therapiemethoden gibt es in der Ergotherapie?

Niederer: Um Gedächtnis und Konzentration zu verbessern, arbeiten wir mit speziellen Computerprogrammen, therapeutischen Spielen, rätselähnlichen Aufgaben und Problemstellungen aus dem Alltag. Wenn die Bewegung betroffen ist, verwenden wir spezielle Konzepte aus der Neurore-

Immer in meiner Nähe. Meine Apotheke



Baldrian, Melisse und Hopfen gegen Stress



Mag. pharm
Werner Braun
Apotheker in
Bregenz

„Keine Zeit – bin im Stress“ – diesen Satz hört man immer öfter. Aber was ist Stress und warum ist zu viel Stress ungesund? Unter Stress versteht man, dass man seinen Tagesablauf nicht mehr selbst im Griff hat. Die Termine wachsen einem über den Kopf – man hat keine Ruhe- und damit auch keine Erholungsphasen mehr. Jahrelanger Stress und eine

ständig damit einhergehende seelische Belastung können zu den unterschiedlichsten Krankheiten führen.

Jahrelanger Stress kann nicht nur die inneren

Organe und das Herz schädigen, er macht langfristig auch die Knochenstruktur brüchig und sorgt für ungesunde Fettablagerungen im Körper. Oft geht Stress mit ungesunder Ernährung einher. Eine gravierende Auswirkung eines auf Dauer erhöhten Stresspegels ist auch die Beeinträchtigung des Immunsystems. Die Abwehrkraft des Körpers lässt nach und es kann zu Infektionen oder Allergien, Autoimmunerkrankungen und Entzündungen kommen. Auf Dauer macht Stress den Menschen krank. Das Erlernen von Entspannungsübungen oder Meditation hilft Stress zu reduzieren. Sinnvoll ist es auch, den Stress durch körperliche Aktivitäten abzubauen. Suchen Sie nach dem geeigneten Sport oder körperlichen Aktivitäten, die Sie gerne regelmäßig ausüben. In besonders schlimmen Stress-Situationen haben

sich verschiedene pflanzliche Präparate aus der Apotheke gut bewährt. Zur Erhöhung der Belastbarkeit kann man Rosenwurz-Produkte (Rhodiola) versuchen. Zum „Runterkommen“ eignen sich Tropfen oder Kapseln die Baldrian, Melisse und Hopfen enthalten. Diese kann man unbedenklich auch längerfristig einnehmen. Sie wirken vor allem beruhigend, fördern den Schlaf und erhöhen so die körperliche Belastbarkeit am nächsten Tag. Auch Teemischungen mit Orangenblüten oder Melisse helfen sehr gut. In der Apotheke bereiten wir gerne auch Teemischungen ganz individuell auf ihren Geschmack abgestimmt für Sie zu. Wer Stress hat braucht auch mehr Vitamine. Die Zufuhr von B-Vitaminen, Vitamin C und Zink kann das Ungleichgewicht ausgleichen und die angegriffenen Nerven beruhigen.

habilitation. Das heißt, wir arbeiten direkt an und mit der betroffenen Person, um Bewegungen wieder in Gang zu setzen. Der Alltag selbst bietet optimale Therapiemöglichkeiten, vom Kaffee kochen bis zum Gang zur Toilette wird bei Bedarf jeder einzelne Handgriff trainiert.

Wie kann ich eine Therapie bei der akuten gesundheit Neurologische Reha in Anspruch nehmen?

Niederer: Voraussetzung für eine Therapie bei der akuten gesundheit neurologische Reha ist eine neurologische Diagnose. Die Überweisung erfolgt durch Ihren Arzt / Ihre Ärztin mit einem akuten Rehaschein. Pro Therapieeinheit wird ein Selbstbehalt von 8 Euro einbehalten, der Maximalbetrag liegt bei 80 Euro pro Monat. (red)



Ergotherapie unterstützt Menschen, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt sind

Foto: Nikolaus Walter

– Kontakt –

aks gesundheit GmbH
Rheinstraße 61
6900 Bregenz
Tel. 05574/202 – 0
gesundheit@aks.or.at
www.aks.or.at

Krankenpflegeverein

Krankenpflegeverein Bregenz



6900 Bregenz
Schendlingerstraße 36
Tel.: 05574/77400
Sparkasse Bregenz
Ktn.: 7005, BLZ 20601

www.krankenpflegeverein-bregenz.at

Liebe Bregenzerinnen und Bregenzer, liebe Mitglieder!

Bericht über die 34. Generalversammlung des Landesverbandes der Hauskrankenpflege (Teil 2)

Nach dem Rückblick auf die 40 Jahre des Landesvorstandes (Inhalt von Teil 1) beschäftigte sich Obmann Herbert Schwendinger in seinem Tätigkeitsbericht mit dem vergangenen Vereinsjahr, das von Sitzungen und Workshops in verschiedenen Arbeitskreisen, Projektgruppen und unterschiedlichsten Gremien ebenso geprägt war wie von vielen Gesprächen mit Obleitern der verschiedenen Ortsvereine. Erfreulich war die Entwicklung der Mitgliederzahl, sie stieg im vergangenen Jahr auf 61.986. Ebenfalls gestiegen ist die Zahl der gepflegten Patienten, nämlich auf 8151. Damit diese pflegerische Leistung erbracht werden konnte, musste ebenfalls die Pflegedichte erhöht werden, so kommt heute auf 2200 Bewohner eine vollzeitbeschäftigte Pflegefachkraft.

Am Schluss seines Tätigkeitsberichtes bedankte sich der Obmann im Namen der Krankenpflegevereine beim Land Vorarlberg, speziell bei LR Katharina Wiesflecker und ihrer Vorgängerin Dr. Greti Schmid, bei den Gemeinden und Krankenkassen, besonders bei der VGKK für ihre vielfältigen Förderungen und Unterstützungen der Hauskrankenpflege.

Im Anschluss folgte der Bericht der Geschäftsführerin Gaby Wirth. Auch sie ging ausführlich auf ihr umfangreiches Betätigungsfeld ein. Sie ist die Ansprechperson bei allen schwierigen Fragen, die im Laufe eines Jahres bei der Arbeit in den verschiedenen Ortsvereinen auftreten. Durch ihre Kompetenz ist sie eine fachliche und menschliche Stütze für jede Obfrau und jeden Obmann.

Die Rechnungsprüfer schlugen auf Grund der exakten Buchführung die Entlastung des Vorstandes mit Obmann und Geschäftsführerin vor. Die versammelten Mitglieder folgten einstimmig diesem Vorschlag. Nachdem einer der beiden Rechnungsprüfer nach drei Jahren in dieser Tätigkeit seine Funktion zurücklegen musste, wurde unsere Kassierin, Mag. Sabrina Bischof-Canete zur neuen Kassaprüferin einstimmig gewählt.

Danach wurde das „Perspektiven- und Entwicklungskonzept 2025 für den KPV“ von Mag. Martin Hebenstreit vorgestellt. Es geht hier darum, eine entsprechende Antwort auf die Frage, was die KPV in 10 Jahren brauchen und

welche Aufgaben sie zu erfüllen haben, zu finden. Auf alle Fälle muss die Zielvorgabe des Projektes lauten, dass sich die Krankenpflegevereine auch in Zukunft am Menschen orientieren.

In ihren Grußworten betonten Kitty Hertenagel, Obfrau der ARGE MoHi, Landtagsvizepräsidentin Dr. Gabriele Nußbaumer, Mag. Angela Jäger als Vertreterin des Betreuungspools Vorarlberg, Dietmar Illmer, connexia und Benjamin Böttger für die Hospiz Vorarlberg die Bedeutung der KPV für unser Land bzw. die Zusammenarbeit mit den Organisationen, die sie vertreten.

Der Abschluss bildete ein Impulsvortrag von LR Katharina Wiesflecker zum Thema „Die Bedeutung der Hauskrankenpflege als Teil der des Betreuungs- und Pflegenetzes in Vorarlberg“. Frau Wiesflecker legte dar, wie sie als neue Soziallandesrätin die Aufgaben des KPV jetzt sieht, die Hauskrankenpflege wahrnimmt und diese ihrer Meinung nach in Zukunft ausschauen könnte. Sie betonte, dass der Fokus auf die Unterstützung von allen Personen zu legen ist, sowohl auf die Pflegebedürftigen wie auch auf die

Pflegenden, egal ob Familienangehörige oder Fachpflegepersonal. Als Landesrätin möchte sie auch die bisherige Strategie des Landes „ambulant vor stationär“ mit der Zielformulierung „ambulant und stationär“ ergänzen. Angesprochen wurden von ihr auch die steigenden Kosten der Pflegeleistungen und deren Finanzierung. Für sie sind verschiedene Modelle vorstellbar, von einer Vermögensbesteuerung bis zur Versicherungsleistung. Nachdem die HKP als Kernstück der ambulanten Pflege und Betreuung auch gesellschaftlichen Veränderungen unterworfen ist und sich anpassen muss, ist für LR Wiesflecker der Dialog zwischen Land und Hauskrankenpflege ganz wichtig.

Für einen klangvollen Abschluss der 34. Generalversammlung sorgten unsere DGKS Birgit Frioli und unser Pflegedienstleiter DKGP Kurt Blum, die gekonnt Vorarlberger Heimatlieder vortrugen. Die Anwesenden dankten für die Darbietungen mit stürmischem Applaus.

Mag. Armin Greußing
Obmann