

## Rheuma - Ergotherapie

Ergotherapie verfolgt in der Behandlung von Menschen mit Rheuma das Ziel, körperliche, seelische und soziale Folgeerscheinungen rheumatischer Erkrankungen zu beseitigen oder zu mindern. Der Betroffene soll in seinem Alltags-, Berufs- und Freizeitleben so selbständig und unabhängig wie nur möglich bleiben.

Die Experten der rheumatologischen Abteilung der Kerckhoff-Klinik therapieren dabei nicht nur die jeweilige körperliche Behinderung, sondern suchen auch gemeinsam mit dem Betroffenen nach individuelle Lösungen für seine speziellen Probleme in Beruf, Familie und Freizeit. Die Ergotherapie hat im komplexen Therapiekonzept der Rheumabehandlung eine Mittelstellung zwischen der gezielten Krankengymnastik und der sozialen (häuslichen) und beruflichen Rehabilitation.

### Folgende Therapieverfahren bzw. Hilfen bietet die Ergotherapie an:

- **Gelenkschutz** In der Ergotherapie lernen die Patienten, wie sie ihre Gelenke bewußt und schonend einsetzen können – bei der Arbeit, aber auch in Ruhephasen. Vom gelenkschonenden Halten schwerer Gegenstände, dem optimalen Einstellen des Autositzes, über Schlüsseldrehhilfen bis hin zu Stiften mit Griffverdickungen erfahren sie, wie sie Ihre Gelenke schonen und Schmerzen reduzieren können. Ziel des Gelenkschutzes ist es, krankheitsbedingte Belastungsgrenzen zu akzeptieren, Schonhaltungen zu verhindern sowie falsche Bewegungsmuster, Versteifungen und Fehlstellungen zu vermeiden. Letztlich dient Gelenkschutz dazu, normale (physiologische) Bewegungsabläufe zu erhalten. Gemeinsam mit der Ergotherapeutin der Kerckhoff-Klinik entwickeln die Patienten ein Hilfsmittelprogramm, das den individuellen Bedürfnissen angepaßt ist. Es werden in der Regel handelsübliche Gegenstände empfohlen und unter Beachtung des Gelenkschutzes ausprobiert. Bei speziellen Anforderungen stellt die Ergotherapeutin diese Hilfsmittel auch selbst her.
- **Motorisch-funktionale Therapie** Durch den Einsatz einer (handwerklichen) Tätigkeit wird Bewegungseinschränkungen entgegengewirkt und die entsprechende Muskulatur gekräftigt. Bewegungsabläufe werden geschult und trainiert. Nahezu jede gewählte Technik kann aufgrund der vielfältigen Dosierungsmöglichkeiten den therapierelevanten Defiziten des Patienten entsprechend angepaßt werden. Therapiemedien sind unter anderem handwerkliche Techniken wie Weben, Töpferei, Flechten, Seidenmalen; funktionelle Spiele; Therapieknete usw.. Erreicht werden soll dabei eine Funktionsverbesserung der betroffenen Gelenke, aber auch mehr Selbstvertrauen durch Erfolgserlebnisse oder eine Hobbyfindung, um besser mit der Krankheit leben zu können. Spezielle Arbeitstechniken, die die Kreativität fördern und die Gelenkfunktionen verbessern helfen, werden in der Praxis eingesetzt.
- **Schienenbehandlung** Die Schienenversorgung ist ein wesentlicher Einsatzbereich der Ergotherapie. Frau Laupenmühlen (Leiterin der Ergotherapie) stellt die Schienen bei Bedarf selbst her. In der funktionellen Therapie oder im ADL-Training wird die Schiene erprobt sowie der Sitz und die Handhabung kontrolliert. Ziele der Schienenversorgung im Sinne des Gelenkschutzes sind Fehl- und Mehrbelastungen und Fehlstellungen (Deformitäten) bei Arbeitsbelastungen zu vermeiden oder zu verringern sowie Schmerzlinderung, Vorsorge von Einsteifungen (Kontrakturenprophylaxe) und den Erhalt funktionsgünstiger Stellungen zu erreichen.
- **Die psychosoziale Therapie** Chronische Erkrankungen, die mit starken Schmerzen und Funktionseinschränkungen bzw. -Verlust einhergehen wie die chronische Polyarthrit, haben oft depressive Reaktionen und die Neigung zur Passivität zur Folge. Insbesondere wenn noch keine Krankheitsbewältigung stattgefunden hat, die Erkrankung schnell fortschreitet oder der Patient unter starken Schmerzen leidet. Gruppentherapie verbunden mit Erfolgserlebnissen, sowie das Erlernen von Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung), das Herstellen von Kontakten zu Selbsthilfegruppen wie der Rheumaliga können die Situation des Patienten positiv beeinflussen.

**Schon im Altertum wussten Griechen und Römer um die Auswirkungen von Passivität als Folge von Krankheit. Vom griechischen Arzt Galen aus Permaon stammt der Satz. „Sinnvolles Tun ist der beste Arzt, den uns die Natur gegeben hat.“ Man kannte die positive Wechselwirkung von medizinischer Intervention bei gleichzeitiger Aktivierung, um eine Regression, Depression oder Apathie entgegenzuwirken.**

„ERGO“, von dem griechischen „to ergon“ abgeleitet, beinhaltet aber weitaus mehr als in der deutschen Übersetzung „Beschäftigung – Arbeit“ zum Ausdruck kommt. To ergon hat eine vielfältige Bedeutung: Werk, Tat, Handeln, etwas leisten, sich betätigen





