

# Purpur Edition

Barbara Marty

## **Für mehr Autonomie im Alter: Ergotherapie**

*Ressourcen- und stärkenorientiert, unterstützt und begleitet sie Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt und/oder ihre Handlungsfähigkeit erweitern möchten: die Ergotherapie – mit Fallbeispiel aus der Ergotherapie-Praxis Zollikofen.*

Rosmarie Güdel (72 J.)\* klagt schon länger über Schmerzen im Handgelenk. Die Diagnose des Hausarzt lautet: Arthrose im Daumengrundgelenk. Er verordnet eine Serie Ergotherapie. Die Therapie verschafft es, mit gezielten Massnahmen wie Ultraschall, Wärme- oder Kälteanwendungen, die Schmerzen zu lindern. Ebenso gibt die Ergotherapeutin Hilfsmittel mit: Vor allem das Brotmesser bringt grosse Erleichterung im Alltag und Frau Güdel kann ihr Frühstücksbrot wieder selbstständig und ohne Schmerzen schneiden. Die vitale, alleinlebende Frau liebt ihren Garten, und es liegt ihr viel daran, ihre Rosen selber schneiden zu können. Dazu fertigt ihr die Ergotherapeutin eine Schiene an, welche das Gelenk ruhig stellt und schont. Zusammen mit der neuen Gartenschere und Erholungspausen, ist Frau Güdel wieder in der Lage, die Rosen zu schneiden. Von der Therapeutin lernt sie zudem, ihre Muskulatur in Hand und Daumen zu kräftigen. Nach Arthrose-bedingter Operation leistet die Ergotherapie: Wundversorgung, Narbenpflege, Beweglichkeit und Kraftaufbau. Mit einer ärztlichen Verordnung fällt die Kostenübernahme in die Grundversicherung der Krankenkasse. Frequenz und Behandlungsdauer sind so unterschiedlich wie die Voraussetzungen und Ziele der Patienten.

**Ziel der Ergotherapie:** Verbesserung der Handlungsfähigkeit, Selbstständigkeit und Alltagsbewältigung (ergein = tätig sein). Sie hilft Menschen, wieder das zu tun, was sie tun möchten oder tun müssen. Im Beruf, zu Hause oder in der Freizeit. Die Behandlung ist sehr konkret: Die Tätigkeiten, welche Schwierigkeiten bereiten sind zentraler Bestandteil. Sie findet in der Praxis, zu Hause oder am Arbeitsplatz statt – also dort, wo die Probleme auftauchen. Susanne Kündig, Ergotherapie-Praxis Zollikofen ist überzeugt: «Ergotherapie ist Hilfe zur Selbsthilfe.»

*(\*Name und Angaben zur Person wurden aus datenschutzrechtlichen Gründen verändert)*

### **Ergotherapie – die verschiedenen Fachgebiete**

Neurologie: Für Menschen mit fortschreitenden Krankheiten oder z.B. nach Schlaganfall

Handtherapie: Nach unfallbedingten Verletzungen oder Handoperationen

Für Menschen, die aus psychischen oder anderen Gründen Schwierigkeiten im Alltag haben.

Für Kinder und Jugendliche: z.B. Verbesserung der Feinmotorik oder Körperwahrnehmung – erfolgreich auch bei ADHS.

*Auskünfte und Terminvereinbarungen*

*Ergotherapie-Praxis Zollikofen, Susanne Kündig, Schulhausstrasse 6, 3052 Zollikofen,  
T 031 911 34 34, praxis@ergozollikofen.ch, www.ergozollikofen.ch*