

# Ergotherapie – Hilfe zur Selbsthilfe

Aufstehen, sich ankleiden, Brot schneiden, essen, kommunizieren – alltägliche Dinge. Doch was passiert, wenn all das plötzlich wegen Krankheit, Unfall schwer fällt oder gar unmöglich wird?

Jeder Mensch will sein Leben möglichst ohne Einschränkungen und fremde Hilfe führen können, doch manchmal wird dies durch Unfälle, Krankheiten, Funktionsstörungen oder Altersgebrechen verunmöglicht. Aufgrund einer neurologischen Erkrankung (zum Beispiel Multiple Sklerose, Demenz), eines Schlaganfalls oder Schädel-Hirntraumas, einer Querschnittslähmung, rheumatischen Beschwerden oder Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates (etwa nach Operation, Handverletzung, Amputation) kann es zu erheblichen körperlichen Beeinträchtigungen kommen, zu Funktionsverlusten, Störungen der Grob- und Feinmotorik, der Sprach- und Handlungsfähigkeit, der Sozialkompetenz. Nicht immer lassen sich all diese Einschränkungen vollständig zurückbilden, doch mithilfe der Ergotherapie können Betroffene ihre Handlungsfähigkeit voll oder teilweise zurückerlangen.

**Auf Alltag bezogen** Die Ergotherapie geht davon aus, dass «tätig sein» ein menschliches Grundbedürfnis ist und gezielt eingesetzte Tätigkeit gesundheitsfördernde und therapeutische Wirkung hat. Ziel der Ergotherapie ist immer das Erreichen, Verbessern oder Erhalten grösstmöglicher Selbstständigkeit in alltäglichen Verrichtungen wie Körperpflege, Essen, Fortbewegung, Kommunikation, Haushalt, Schule, Beruf, Freizeit. «Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht immer der einzelne Mensch, seine Einschränkungen und seine konkreten, persönlichen Ziele und Bedürfnisse», erklärt Andrea Grass, dipl. Ergotherapeutin FH. «Bei Bedarf, oder falls erwünscht, beziehen wir auch die Angehörigen in die Therapie mit ein.»

**Individueller Therapieplan** Zur Erreichung der klientendefinierten Ziele werden die alltagsrelevanten Problemstellungen von der Ergotherapeutin, dem Ergotherapeuten analysiert und entsprechende Behandlungsmassnahmen zusammengestellt. So werden Bewegungsabläufe wie Waschen, Anziehen oder Essen trainiert, Hilfsmittel angepasst oder abgegeben, der Umgang mit einer Prothese im Alltag geübt. Die Aufmerksamkeit, Wahrnehmung und das Gedächtnis geschult. Gelenkschonendes Verhalten eingeübt oder Verrichtungen wie Einkaufen, Telefonieren, Umgang mit Medikamenten, Verhalten im Strassenverkehr und vieles mehr konkret trainiert. «Manchmal gehen wir mit den Patienten einkaufen, fahren mit ihnen Bus oder kochen mit ihnen, um

## Praxis für Ergotherapie Biel GmbH

Die sechs Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten der Praxis für Ergotherapie Biel GmbH haben sich auf Handtherapie, Neurologie und Rheumatologie spezialisiert und bieten zudem manuelle Lymphdrainage, Beratungen (beispielsweise Hilfsmittelabklärung, ergonomische Beratung, Wohnungsabklärungen) und Somatosensorische Schmerzrehabilitation an, welche zur Behandlung von chronischen neuropathischen Schmerzen (Nervenschmerzen) eingesetzt wird. Angeboten werden Einzelbehandlungen in der Praxis sowie zu Hause oder in Institutionen. Ärztlich verordnete Ergotherapie wird von den Sozial-, Kranken- und Unfallversicherungen vergütet.

festzustellen, wo sie unsicher oder ängstlich sind und wo sie Hilfestellungen benötigen», sagt Ergotherapeut Yvan Eckard. «Sind verlorene vergangene Fertigkeiten nicht mehr zurückzugewinnen, zeigen wir dem Patienten, wie er diesen Verlust durch neue Strategien und angepasste Handlungen oder veränderte Verhaltensweisen ausgleichen, kompensieren kann», erläutert Ergotherapeutin Silvia Längin. Dazu gehören beispielsweise der Wechsel von Rechts- auf Linkshändigkeit, die Abgabe von Hilfsmitteln wie etwa Griffverdickungen und Non-Slip (Anti-Rutschhilfen) oder ergonomische Anpassungen an Geräten, Stühlen usw.



### Die Auskunftspersonen

Andrea Grass, Yvan Eckard, Silvia Längin  
Dipl. Ergotherapeutinnen und Ergotherapeut FH  
Inhaber der Praxis für Ergotherapie Biel GmbH

### Praxis:

Johann-Verresius-Strasse 18, 2502 Biel  
Tel. 032 323 47 48, info@ergotherapie-biel-bienne.ch  
www.ergotherapie-biel-bienne.ch

Website Praxis  
für Ergotherapie  
Biel GmbH  
ansehen

