

Wichtig zu wissen

Für die Ergotherapie benötigen Sie eine ärztliche Verordnung. Ihre Arztpraxis kann Sie auch dabei unterstützen, ein*e Ergotherapeut*in in Ihrer Nähe zu finden. Üblicherweise umfasst die erste Verordnung 10 Behandlungseinheiten. Eine Therapieeinheit dauert zwischen 30 und 60 Minuten.

Die Therapie erfolgt meist in Ihrem gewohnten Umfeld. Informationen zu Kostenzuschüssen bzw. Kostenübernahme erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Weitere Informationen zur Ergotherapie und eine Liste freiberuflich tätiger Ergotherapeut*innen finden Sie auf der Website von Ergotherapie Austria www.ergotherapie.at, Tel. +43/ (0)1/ 895 54 76
E-Mail: office@ergotherapie.at



Impressum

Herausgeber, Medieninhaber und Hersteller:

Bundesverband der Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten Österreichs, Holzmeistergasse 7-9/2/1, 1210 Wien,
Tel: 01/895 54 76, Fax: 897 43 58
E-mail (Verband): office@ergotherapie.at

Autorinnen:

J. Fischer, K. Gatas und I. Schraick
(im Rahmen eines Bachelor-Projektes an der
FH Wiener Neustadt im Jahr 2013)

Überarbeitung:

E. Cortolezis, H. Fabianits und U. Selzer-Haslauer

Wien, im November 2019 (Nachdruck)



Hilfsmittelversorgung

Um gewohnte Alltagsaktivitäten weiterhin durchführen zu können, kann eine Versorgung mit Hilfsmitteln sinnvoll sein.

Ergotherapeut*innen beraten Betroffene und Angehörige in der Wahl der geeigneten Hilfsmittel und trainieren die richtige Handhabung.

Franz H.

71 Jahre, Demenz im Anfangsstadium

„Seit ich die Diagnose bekommen habe, bin ich oft unsicher und zweifle an mir selbst und meinen Fähigkeiten. Die Ergotherapeutin klärte mich über vieles auf und half mir so besser mit meiner Diagnose umgehen zu können. Sie hatte auch einige Tipps und Erinnerungshilfen auf Lager und ich finde mich in meinem Tagesablauf wieder besser zurecht. Ich habe an Sicherheit gewonnen und wohne nun weiter zu Hause. Mein Sohn besucht mich zwei Mal die Woche und geht mit mir einkaufen. Ich traue mich nun wieder, das zu machen was mir Spaß macht und wenn etwas nicht so gut gelingt, weiß ich wo ich mir Hilfe holen kann.“



Beratung und Information

Großes Gewicht legt die Ergotherapie auch auf die Entlastung der Angehörigen. Im Laufe einer Demenzerkrankung kann es zu Verhaltensweisen kommen, die von den Angehörigen nicht verstanden werden und die Kommunikation erschweren.

Ergotherapie hilft, solche Veränderungen besser zu verstehen und Möglichkeiten zu finden, erfolgreich zu kommunizieren und die gemeinsame Zeit zufriedenstellend zu gestalten.



Körperliche Veränderungen

Mit Fortschreiten der Erkrankung kommt es zu einer veränderten Wahrnehmung des eigenen Körpers und der Umgebung. Das führt oft zu Stress, Angst und Abwehrverhalten.

Ergotherapeut*innen fördern die Wahrnehmungsfähigkeit und vermitteln Körpergefühl, dadurch wird Entspannung möglich und das Wohlbefinden gestärkt.

Die abgebildeten Personen sind nicht mit den Personen der Fallgeschichten ident.



Ergotherapie bei Demenz



Ergotherapie

Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen dabei, ihr Leben aktiv zu gestalten. Auch Menschen mit Demenz haben das Bedürfnis, sich als Teil der Gesellschaft zu fühlen und weitgehend autonom zu handeln.

Ergotherapeut*innen unterstützen dabei, den Alltag so zu gestalten, dass dieser trotz einer Demenzerkrankung so selbstständig und erfolgreich wie möglich gelebt werden kann. Die betroffene Person in der gewohnten Umgebung steht im Mittelpunkt der Therapie.

Ergotherapie ist in jeder Phase der Erkrankung sinnvoll und kann dazu beitragen, länger im häuslichen Umfeld zu bleiben.



Ergotherapie hilft ...

- den Alltag zu bewältigen
- besser mit der veränderten Situation zurechtzukommen
- die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen zu steigern

Was verändert sich?

Aufgrund der Demenz kann es zu Problemen in ganz alltäglichen Situationen kommen.

Themen wie

- Sicherheit (Autofahren, Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel, Küche...)
- Kontakte aufrecht halten
- Umgang mit Geld
- den Haushalt führen
- Freizeitgestaltung
- sich waschen und anziehen
- Essen
- Toilettengang

können schwierig werden.

Ergotherapie setzt gezielt an diesen Punkten an und erarbeitet gemeinsam mit Betroffenen und Angehörigen an individuell passenden Lösungen.



Tochter von Inge A.

85 Jahre, Demenz-Betroffene, mittleres Stadium



„Meine Mutter hat die meiste Zeit nur mehr vor dem Fernseher verbracht und man konnte ihr nichts mehr rechtmachen. Sie ist nicht mehr so mobil und ich hatte immer Angst, dass sie stürzt, deshalb hatte ich mittlerweile schon das Duschen und Anziehen für sie übernommen.“

Seit die Ergotherapeutin mich angeleitet hat wie ich meine Mutter unterstützen kann, sodass sie sich zum Teil auch alleine anziehen und duschen kann, scheint sie wieder etwas mehr Lebensfreude zu haben. Sie geht sogar wieder zum Nachbarstratsch, das hat sie früher immer gemacht. Wir haben auch ein paar Kleinigkeiten zu Hause verändert. Ich bin jetzt etwas mehr entlastet und mache mir auch nicht so viele Sorgen, weil ich sehe dass meine Mutter das Leben wieder mehr genießen kann.“

Tagesstruktur

In der Ergotherapie wird eine geordnete Tagesstruktur erarbeitet, um so zu einem besseren Rhythmus zwischen Aktivität und Ruhe zu gelangen. Tätigkeiten, die für Erkrankte wichtig sind und Freude machen, werden so gestaltet, dass diese ohne Hilfe bzw. mit Unterstützung erfolgreich durchgeführt werden können. Dadurch gewinnen Betroffene wieder an Lebensfreude.

Wohnungsanpassung

Durch die abnehmende Orientierung im Krankheitsverlauf kann eine Anpassung der Wohnumgebung notwendig werden.

So können z.B. Orientierungshilfen angebracht oder überflüssige bzw. irritierende Gegenstände entfernt werden. Unfälle, insbesondere Stürze, können vermieden und ausreichender Bewegungsraum geschaffen werden.



Gedächtnistraining

Mit Fortschreiten der Erkrankung kommt es zu Einbußen des Gedächtnisses. Techniken, die dazu beitragen sich im Alltag trotz schwindender Fähigkeiten zurechtzufinden, werden in der Ergotherapie erlernt. Spezielle Trainings und Programme, aber auch gezielt durchgeführte Aktivitäten, fördern die Gedächtnisleistung.