

ergopraxis

Ergotherapie für Alltagskünstler

11-12.15

November/Dezember 2015 |
ISSN 1439-2283
www.thieme.de/ergopraxis

**Lese-
probe**

ASSESSMENT FÜR DIE GRUNDSCHULE

Die Lehrer ins Boot holen

REFRESHER

Klientenzentrierte Gesprächsführung

MOBILISATION NACH
SCHONHALTUNG

Leichte Bewegung mit großer Wirkung

BIOGRAFIESPIEL IM TEST

Erinnern und Erzählen

Mit
ergopraxis-
Wandkalender
2016



Gesprächsstoff

- 6 ergotag + TheraPro + Neuroreha-Tag
1 Ticket, 3 Veranstaltungen
- 7 Aktuelles
- 10 Vergütungsverhandlungen
„Da wird um jeden Cent gerungen“

Leserforum

- 13 Briefe an die Redaktion

Wissenschaft

- 14 Cornelia Paries
Handtherapeutin mit Forschungsleidenschaft
- 16 Internationale Studienergebnisse
- 19 kurz & bündig

Refresher

- 20 Klientenzentrierte Gesprächsführung
Auf Augenhöhe
- 25 Fragen zu klientenzentrierter
Gesprächsführung



Biografiespiel im Test

In Erinnerungen schwelgen und mit liebevoll gestalteten Möbeln ein Zuhause einrichten. Das geht mit dem Biografiespiel „Bei uns zu Hause“. Ergotherapeutin Denise Böckmann hat es mit ihren demenziell erkrankten Klienten für uns getestet. → 46

Ergotherapie

- 26 **Titelthema:**
Einschätzungsbogen Grundschule
Die Lehrer ins Boot holen
- 30 Die wichtigsten Strategien zur ...
... Kontaktaufnahme bei Menschen im
Wachkoma
- 33 Juvenile idiopathische Arthritis
Schonend anpacken
- 36 Mobilisation nach Schonhaltung
Leichte Bewegung mit großer Wirkung



Mobilisation nach Schonhaltung

Nach einer Fraktur oder nach schmerzhaften Bewegungseinschränkungen ist es gar nicht so leicht, sich wieder normal zu bewegen. Mit welchen Übungslektionen Marlis Schauer sämtliche Gelenke wieder schonend in Gang bringt, lesen Sie ab Seite → 36

Perspektiven

- 40 Kolumne
Manche haben sieben Leben
- 41 Klientensicht
„Das Linsenbad ist für mich wie ein
Zen-Garten“
- 42 Was auf das Faszien-system wirkt
Sensibles Spinnennetz
- 46 Biografiespiel im Test
Erinnern und erzählen
- 47 Schwarzes Brett
- 50 Rezensionen – Vier im Visier

Info

- 52 Produktforum
- 53 Fortbildungskalender
- 54 Fortbildungsmarkt
- 56 Stellenmarkt
- 58 Winterrätsel
- 59 Ausblick/Impressum



Klientenzentrierte Gesprächsführung

Empathie, Wertschätzung und Kongruenz sind wahre Türöffner. Sie gewähren Einblicke in die Handlungsanliegen und Ressourcen von Klienten. Der Refresher zeigt, wie Therapeuten diese drei Grundhaltungen in die Therapie einbringen können. → 20

Schonend anpacken

JUVENILE IDIOPATHISCHE ARTHRITIS Anfangs zweifelt Lynn, ob Ergotherapie sinnvoll für sie sei. Doch die Skepsis legt sich schnell. Denn mit Ergotherapeutin Theresa Krauß lernt die 15-Jährige, wie sie in ihrem Wunschberuf Floristin gelenkschonend arbeiten kann.



Ergotherapeutin Theresa Krauß zeigt Lynn, worauf sie beim Hinknien und beim Anheben eines Kastens achten muss – eine gute Vorbereitung auf ihr Praktikum in der Gärtnerei.

Als Lynn zwei Jahre alt war, wurden ihre Eltern mit der Diagnose Juvenile idiopathische Arthritis (JIA) konfrontiert. In ihrem Fall handelt es sich um eine erweiterte Oligoarthritis mit mehreren betroffenen Gelenken. Schwellungen in Knien und Sprunggelenken führten schon im Säuglingsalter zu Bewegungseinschränkungen. „Als Baby ist Lynn total schlimm gelaufen, als hätte sie ein Holzbein“, erinnert sich ihre Mutter. Später waren zeitweise auch die Handgelenke betroffen. „Für uns Eltern hieß das, viel Zeit in Krankenhäusern zu verbringen. Für Lynn bedeutete es: viele Schmerzen, viele Spritzen in die Gelenke, viel Krankengymnastik. Wenn andere Ferien hatten, waren wir im Krankenhaus.“

Aufenthalt in einer Spezialklinik → Nach einigen beschwerdefreien Jahren bekam Lynn Ende vergangenen Jahres wieder einen Rheumaschub: Zunächst starke Schmerzen in den Knien, dann in den Sprunggelenken: „Langes Laufen hat mir sehr weh getan. Ich musste mich oft ausruhen. Am Sportunterricht konnte ich nicht teilnehmen.“ Das führt sie im März wieder in das Deutsche Zentrum für Kinder- und Jugendrheumatologie Garmisch-Partenkirchen, eine Spezialklinik mit interdisziplinärem Therapiekonzept. Ziel während des Aufenthalts ist es, die rheumabedingte Entzündung erfolgreich zu behandeln, die Gelenke wieder funktionsfähig zu machen und zu vermitteln, worauf es im Alltag ankommt.

In der Klinik herrscht gute Stimmung bei den Klienten. „Nachmittags ist hier echt Tumult“, erzählt Ergotherapeutin Theresa Krauß. „Da fetzen die Kinder mit dem Roller über den Gang, klingeln und lachen – ein Kinderspielplatz ist manchmal leise dagegen.“ Für die Behandlung ist das positiv: Die jungen Menschen sehen, dass sie mit ihrer Erkrankung nicht allein sind. Sie erleben, dass sie sich bewegen und eigentlich alles machen können. Vom Austausch mit anderen Betroffenen profitieren sie, auch wenn keine Therapeuten mitwirken.

Letztere treffen sich jeden Morgen im therapeutischen Team, um die Ergo- und Physiotherapie sowie physikalische Therapien abzustimmen. Ziel der Ergotherapie soll es sein, den Bezug zum Alltag herzustellen. Der Schwerpunkt der Physiotherapie liegt auf der Bewegungswiederherstellung und der Muskelaktivierung.

» Beim Bewegen, Tragen, Gehen – die Gelenke nicht verdrehen! «

Die Klientin motivieren → Da Lynn sich auf ein Praktikum in einer Gärtnerei vorbereitet, spielt die Ergotherapie eine große Rolle. „Anfangs dachte sie, dass die Ergotherapie ihr wenig bieten kann, weil sie an den Sprunggelenken und nicht an den Händen betroffen



Die Therapeuten gehen die Behandlung mit Humor an – das macht auch Lynn sichtlich Spaß.

ist“, erzählt die Ergotherapeutin. Tatsächlich ergibt die Befunderhebung, dass von der oberen Extremität nur der Ellenbogen leicht in der Extension eingeschränkt ist. Im Alltagsbefund zeigen sich keine Einschränkungen, weder beim An- und Ausziehen noch bei der Körperpflege, bei den allgemeinen Handgriffen oder bei Fähigkeiten wie Aufstehen oder Treppengehen. „Als Lynn erzählte, dass sie Floristin werden will und bald ein Praktikum in einer Gärtnerei macht, ist mir natürlich sofort Gelenkschutz eingefallen“, sagt die Therapeutin. Damit stand fest: Lynn soll lernen, wie sie in der Gärtnerei entlastend arbeiten kann. Denn zum Berufsbild einer Floristin gehören Bewegungen wie Bücken, Hinknien und Anheben.

» Es ist wichtig, die Klienten so zu coachen, dass sie im Alltag eigene Ideen und Lösungen entwickeln können. «

Um die zunächst skeptische Klientin zu überzeugen, geht Theresa Krauß die Behandlung spielerisch an: „Wir haben ein Gedicht mit Gelenkschutztipps (☞ GEDICHT). Das haben wir gemeinsam durchgelesen und besprochen, wie sich die Tipps in den Alltag übertragen lassen.“ Dabei klärt sie mit Lynn grundlegende Fragen: Was ist Gelenkschutz? Wie gelingt er im Alltag? Worauf muss ich achten? In dem Gedicht heißt es etwa: „Vor Stoß und Schlag sollst du dich schützen, das wird auch den Gelenken nützen!“ Doch was bedeutet das konkret? „Stoß und Schlag hat man beim schnellen Laufen“, erklärt Theresa Krauß. „Da kommen Hilfsmittel wie Schuheinlagen in Betracht oder dass man jede Bewegung bewusst macht.“ Das zu wissen und daran zu denken, vermittelt sie in der Ergotherapie.

Die Betätigung analysieren → Welche Tipps zu Lynns Praktikum passen könnten, zeigt die Betätigungsanalyse. Dafür muss Lynn alle in der Gärtnerei anfallenden Arbeiten aufschreiben. „Lynn hatte verstanden, dass es wichtig für sie ist, was wir hier machen. Sie hat alle Tätigkeiten schön beschrieben. Man hat gemerkt, dass es sie kitzelt, herauszufinden, wie sie gelenkschonender arbeiten kann.“ Lynn fasst ihren Ansporn sogar in Worte: „Ich als Jugendliche mit Rheuma interessiere mich für diesen Beruf und möchte eine gute und richtige Haltung für diese Tätigkeit lernen.“ Die Therapeutin freut sich: „Das kam wirklich von ihr selbst, sie war total motiviert.“ Ergotherapeutin Theresa Krauß erklärt Lynn auch, dass sie ihrem Arbeitgeber sagen darf, dass sie vielleicht manchmal nicht so viel machen kann oder etwas länger braucht.

Den Berufsalltag einüben → Ein zum Rheuma passender Zweizeiler lautet: „Beim Bewegen, Tragen, Gehen – die Gelenke nicht verdrehen!“ Was das für Lynn bedeutet, wenn sie in der Gärtnerei eine Pflanzenkiste oder große Blumenvase anheben, tragen und absetzen soll, erarbeitet Theresa Krauß mit ihrer Klientin zunächst theoretisch. Sie diskutieren, ob es sinnvoll sei, die Lasten mit einer Hand zu jonglieren oder ob Lynn besser beide Hände nehmen sollte. „Lynn hat super überlegt und ist selbst darauf gekommen, dass man die Belastung besser auf mehrere Gelenke verteilt.“

Wie sich das Ganze in der Praxis anfühlt, testet Lynn in der nächsten Behandlungseinheit: „Mir ist wichtig, dass ich ganz viel ausprobieren lasse. Ich sage also nicht: Mach es so und so! Sondern: Mach du mal! Gegebenenfalls kann ich dann korrigieren.“ Auf diese Weise spürt Lynn zum Beispiel, warum es besser ist, Knieschoner oder eine weiche Unterlage zu benutzen, wenn sie im Knien arbei-



Den bevorstehenden Berufsalltag einzuüben steht im Vordergrund der ergotherapeutischen Behandlung. Dazu gehört das Trainieren gelenkschonender Bewegungen.

→ FORTBILDUNG

Kinder- und Jugendrheuma

Die Rheumaklinik in Garmisch-Partenkirchen bietet regelmäßig verschiedene Fortbildungen rund um das Thema Kinder- und Jugendrheumatologie an.

Kontakt: Deutsches Zentrum für Kinder- und Jugendrheumatologie, Zentrum für Schmerztherapie junger Menschen, Gehfeldstraße 24, 82467 Garmisch-Partenkirchen, Telefon: 08821 7010, E-Mail: info@rheuma-kinderklinik.de, Web: www.rheuma-kinderklinik.de > „Für Ärzte und Fachkräfte“ > „Seminare, Fortbildungen und Termine“

tet. Und warum sie entweder im Ausstellschritt aufstehen oder die Unterschenkel dabei gerade halten soll, damit die Sprunggelenke nicht zu sehr in die Hebelwirkung gehen. Oder wie sie beidhändig Blumenkästen vom Boden aufhebt, das Gewicht im Sinne des Gelenkschutzes auf beide Beine verlagert und rückengerecht trägt.

Natürlich lässt sich der spätere Arbeitsplatz in der Klinik nur unvollständig nachahmen. Deshalb fordert Theresa Krauß ihre Klientin auf, selbst nach Lösungen zu suchen. „Wir können nicht mit ins häusliche Umfeld und auf den Arbeitsplatz. Dort wird es immer mal eine außergewöhnliche Situation geben, die ganz anders ist. Deshalb ist es mir wichtig, die Klienten so zu coachen, dass sie im Alltag eigene Ideen und Lösungen entwickeln können.“

Die Zeit nach dem Klinikaufenthalt → Neben Gelenkschutztipps nehmen die jungen Klienten ganz konkrete Übungen von der Ergotherapie mit nach Hause, die zum Teil mit den Eltern entwickelt

werden. „Oft sind die Mütter sehr kreativ und finden coole Sachen, bei denen selbst wir uns etwas abschauen können. Das macht den Austausch wertvoll“, sagt Theresa Krauß. Überhaupt wirbt sie für mehr Austausch – auch nach dem Klinikaufenthalt: „Bei uns arbeiten Ergo- und Physiotherapeuten Hand in Hand, um Klienten einen guten Therapieplan geben zu können. Das wäre auch für die Therapeuten draußen wichtig. Sie dürfen gern Kontakt zu uns suchen, wenn sie bei Kindern und Jugendlichen mit Rheuma unsicher sind.“

» Auf die Grenzen des Körpers zu hören, lässt sich erlernen. «

Wir sind für jede Frage offen. Und natürlich freuen wir uns, wenn jemand anruft, der einen Klienten weiterbehandelt, den wir ein Stück seines Weges begleitet haben. Uns interessiert immer, wie es weitergeht, und es freut uns, wenn es ihm oder ihr besser geht.“

Lynn setzt nach dem Klinikaufenthalt die Physiotherapie ambulant fort. Ergotherapie ist nicht notwendig. Die Grundlagen aus der Klinik wird ihr keiner nehmen: „Wir können hier ganz viel auffangen, den Jugendlichen Mut machen und viel mitgeben“, sagt Theresa Krauß. „Es ist oft schon allein dieses Umdenken: Ich muss ein bisschen mehr auf mich schauen und darauf achten, wie ich mich bewege. Denn egal, ob die Sprunggelenke oder die Hände betroffen sind – der Körper zeigt uns seine Grenzen auf. Darauf zu hören, lässt sich bei uns lernen.“

Anja Stamm



ZU GEWINNEN

Praxisrelevant und alltagsnah

Wertvolle Infos bietet das Buch „Rheuma bei Kindern und Jugendlichen in der Physio- und Ergotherapie“, erschienen im Springer Verlag (www.springer.de). Klicken Sie bis zum 1. Januar 2016 unter www.thieme.de/ergopraxis > „Gewinnspiel“ auf das Stichwort „Rheuma“. Viel Glück!



⇒ Gedicht zum Gelenkschutz

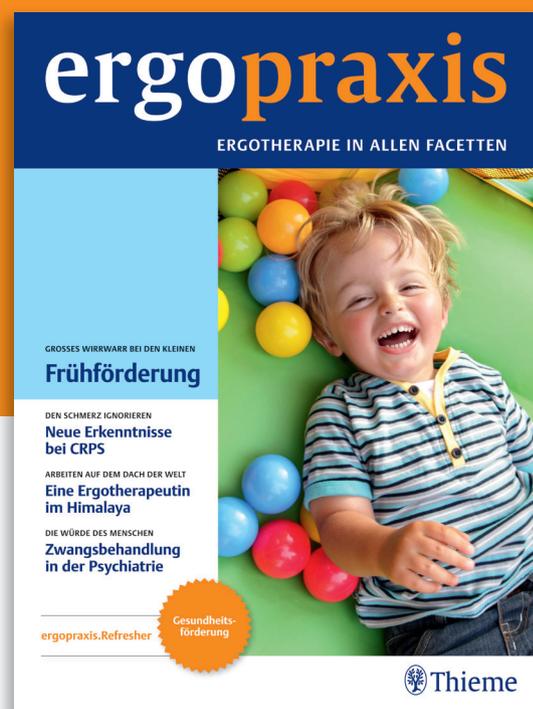
www.thieme-connect.de/products/ergopraxis > „Ausgabe 11-12/15“

Wir suchen Leser, die was erleben wollen.

...mit  blut gemacht

Wir wollen mehr für unsere Berufsgruppe. Mehr Wissen, mehr Austausch, mehr Motivation. All das bietet Ihnen unser Fachmagazin, die Homepage, der Newsletter und unsere Facebook-Seite. Gehen Sie mit uns auf Entdeckungsreise! Mehr dazu unter:

www.thieme.de/ergopraxis



 Thieme