

Ergotherapie

Nicht verzagen, Ergo fragen

Seit sich Ergotherapie dank dem Schweizerischen Roten Kreuz (SRK) in der Schweiz etabliert hat, führen einige Kantonalverbände des SRK eigene Zentren. Auch in Stans im Kanton Nidwalden. Hier werden Menschen unterstützt, die nach Unfällen oder Krankheit ihre Selbstständigkeit wieder erlangen möchten.

TEXT: TANJA REUSSER BILDER: REMO NÄGELI

FÜR SIE DA

Hansruedi Arnold hat ein ambitioniertes Ziel: Er will den 45-minütigen Aufstieg zu seiner geliebten Alphütte selber bewältigen. Er will dahin zurück, wo er vor zwei Jahren einen Schlaganfall erlitt. Seither ist seine rechte Körperhälfte teilweise gelähmt. Das wirkt sich auch auf das Sprechen aus. Wer den 65-Jährigen nicht kennt, muss gut zuhören. Seine Ergotherapeutin Esther Omlin vom SRK Unterwalden versteht alles sofort. Ohne überfürsorglich zu sein, vervollständigt die 34-Jährige seine Sätze und interpretiert stets richtig. Sie geht mit ihrem Klienten auf der wackligen Unterlage der Kletterwand

«Wer mit einer teilgelähmten Hand lebt, nutzt automatisch nur noch die andere Hand. Ohne Training gibt die schwächere Hand noch mehr ab.»

entlang. Das fördert die Balance und die Handkoordination. Sachte führt sie seine schwache Hand zu einem Griff, stützt wenn nötig und gibt ruhig Anweisungen. Sie schafft es, dass eine humorvolle, entspannte Atmosphäre entsteht. Der grosse Mann, der Hilfe annimmt und die junge Therapeutin begegnen sich auf Augenhöhe. Sie bilden in der Therapie-stunde ein Team aus zwei, die sich gegenseitig wertschätzen.

Vielseitige Therapie

Esther Omlin unterstützt Hansruedi Arnold am Ergotherapiezentrum des SRK in Stans, seit er aus der Rehabilitationsklinik entlassen wurde. Nach Verletzungen oder Krankheiten hilft Ergotherapie Menschen jeden Alters, mit einem veränderten Körper oder kognitiven Ausfällen neu leben zu lernen. Diese Art von Therapie wurde erst in den 1950er-Jahren aus England in die Schweiz gebracht. Die Ausbildung und das ambulante Ergotherapieangebot wurden damals vom SRK gefördert. Deshalb haben einige Kantonalverbände des SRK eigene Ergotherapiezentren. Ergotherapeutinnen kennen mögliche Hilfsmittel, hilfreiche Tipps, aber auch die zu vermeidenden Angewohnheiten und schädliche Körperhaltungen.

«Wer eine teilgelähmte Hand hat, nutzt automatisch nur noch die andere Hand.



Die schwächere Hand hat dadurch kein Training mehr und gibt noch mehr ab», erklärt Esther Omlin. Was sich logisch anhört, kann niemand wissen, der neu mit einer körperlichen Behinderung zu-rechtkommen muss.



Eine gute Balanceübung, um auch steinige Wege zu bewältigen: Esther Omlin führt ihren Klienten über die weiche Matte

Falsche Schonhaltung

Hinzu kommt manchmal auch ein zu frühzeitiges Akzeptieren, das Gefühl, es würde ja doch nicht mehr besser. Die Situation ist neu für die Betroffenen. Jedoch nicht für eine erfahrene Ergotherapeutin, die schon andere Menschen auf den ersten schwierigen Schritten begleitet hat. Überzeugen könne sie dennoch niemanden, sagt Esther Omlin, aber sie würde wesentlich dazu beitragen, ein persönliches Ziel und damit die Motivation zu finden. Ihre wichtigste Frage zu Beginn sei deshalb: «Was möchten Sie wieder selbstständig tun können, was ist Ihnen wichtig?» Oftmals seien die Klienten positiv überrascht, was wieder möglich werden könnte mit Therapie. «Auch ich staune immer wieder, wie lernfähig der menschliche Körper ist. Aber manchmal ist es ein psychisch belastender Beruf. Besonders wenn junge Menschen an einer unheilbaren Krankheit wie ALS erkranken, wo ich nur ein wenig dazu beitragen kann, dass Betroffene den Alltag leichter bewältigen können.»



Martina Aschwanden stellt perfekt sitzende Handschienen her, jede ein Unikat – im Hintergrund ihre «Sammlung»



Jeder alltägliche Handgriff, wie hier das Schneiden einer Tomate, muss neu erlernt werden



Esther Omlin motiviert ihren Klienten, seine schwache rechte Hand bewusst einzusetzen, so oft es geht

Auf die Frage, ob Ergotherapie ihm helfen würde, nickt Hansruedi Arnold heftig. «Ja! Ja!» Esther Omlin schätzt die Zusammenarbeit mit ihm: «Herr Arnold ist sehr ehrgeizig, das ist optimal. Doch ich mag auch Klienten, die mich herausfordern. Es ist gerade diese Vielseitigkeit, die ich an meinem Beruf liebe.»

Während Esther Omlin im Bereich der Neurorehabilitation arbeitet, ist Martina Aschwanden spezialisiert auf Hände. Sie ist zudem die therapeutische Leiterin des Ergotherapiezentrums in Stans und

«Menschen müssen etwas tun. Das ist ein Grundbedürfnis und wichtig für die Zufriedenheit.»

bringt auf den Punkt, was Ergotherapie ist: «Ergo bedeutet tun oder machen auf Griechisch. Ich befähige die Menschen, etwas zu tun oder tätig zu bleiben. Menschen müssen etwas tun. Das ist ein Grundbedürfnis und wichtig für die Zufriedenheit.» Die gutgelaunte 34-Jährige ist denn auch eine Frau der Tat und eine kreative Bastlerin. Bei ihr gibt es nur Mass-

geschneidertes – bequeme Handschienen in allen Varianten, um Schmerzen zu lindern oder eine Heilung zu erzielen.

Die Multitalente

Ergotherapie findet auch ausserhalb von Therapieräumen statt. Die Therapeutinnen gehen zu den Klientinnen nach Hause, um mögliche Schwierigkeiten zu begutachten, oder sie begleiten die Klienten beim Einkaufen. Wichtig ist oft, dass ein Klient erkennt, warum er den Mitmenschen sein Handicap erklären muss, damit er Hilfe bekommt und ernst genommen wird. Hansruedi Arnold beispielsweise wird unterschätzt, weil er schlecht verstanden wird.

Von Ergotherapeuten ist viel Einfühlungsvermögen und Verständnis gefordert. Ihr Beruf bedingt es, den Umgang mit Menschen zu lieben und unterschiedliche Lebensweisen zu akzeptieren. Ergotherapeutinnen sind Multitalente: geschickte, kreative Handwerkerinnen mit Kenntnissen der Anatomie und einfühlsame, an Menschen interessierte Psychologen mit Sinn fürs Pragmatische. So sieht es auch

Hansruedi Arnold. Er wolle zum Schluss noch etwas Wichtiges sagen: «Für diesen Bericht habe ich sofort zugesagt, weil ich hier so zufrieden bin. Ich will dem Team danken für alles!»

➔ redcross.ch/ergotherapie



Mit der eingeschränkten Hand die Tür öffnen und gleichzeitig den Gehstock halten – die Ergotherapeutin gibt Tipps