Meine ersten Corona-Wochen in der Praxis

Ergotherapie im Ausnahmezustand **Das Coronavirus stellt uns vor nie dagewesene Herausforderungen. Gut, dass Ergotherapeuten von Berufs wegen dazu ausgebildet sind, Alltagsprobleme zu lösen. Erfahrungen einer Praxisinhaberin.**

Wo fange ich an? Natürlich ist es eine furchtbare Situation, mit der wir zurzeit zurechtkommen müssen. Menschen erleben Einschränkungen in einem nie gekannten Ausmaß. Noch vor wenigen Monaten hätten wir sie nicht für möglich gehalten. Wir Ergotherapeuten haben hier einen großen Auftrag. Nicht bei der Versorgung der Corona-Erkrankten, aber bei all denjenigen, die sich mit Kontaktverboten und „Wir bleiben zu Hause" auseinandersetzen müssen. Wie gestaltet man eigentlich so eine Situation?

Neue Herausforderungen → Auch meine Routine als Praxisinhaberin bringt die aktuelle Lage durcheinander, und ich stehe immer wieder vor neuen Herausforderungen: ein strenger Hygieneplan, die Beschaffung von Schutzkleidung und die Neugestaltung der Termine, damit das Wartezimmer am besten gar nicht in Anspruch genommen werden muss. Toilettenpapier für die Praxis habe ich zwar auch noch keines bekommen, dafür aber Papierhandtücher für die vielen Handwaschaktionen, die unsere Klienten derzeit als Standardmaßnahme beim Betreten und Verlassen der Praxis vornehmen müssen.

Das strengt mich und meine Mitarbeiterinnen an und macht manchmal auch mutlos, zum Beispiel wenn wir von Ärzten die Rückmeldung bekommen: „Wozu braucht Ihre Klientin ein neues Ergorezept? Sie soll doch zu Hause bleiben – schließlich gehört sie einer Risikogruppe an!" Dennoch bietet uns die Situation auch eine unglaubliche Chance!

Neue Chancen → Noch vor wenigen Wochen rief ich in der beginnenden Corona-Situation bei Krankenkassen an. Ich wollte zum Schutz meiner Klienten Online- bzw. Video-Therapie anbieten. Eltern hatten sich hierzu gerne bereit erklärt. Die Antwort war: „Dafür sind wir nicht zuständig, da müssen Sie sich an die Kassenärztliche Vereinigung wenden." Na ja, die hatten aber zu diesem Zeitpunkt ganz andere Sorgen, zum Beispiel die Beschaffung von Schutzkleidung. Was also tun? Keine zwei Tage später dann die unfassbare Nachricht durch den DVE: Jetzt dürfen wir! Ich war beeindruckt und dachte mir: „Unglaublich, es kann losgehen!"

Aber wie? Ich hatte zwar schon einige Erfahrung in Sachen Kommunikationsplattformen, war mir aber unsicher, welche die richtige für meine Klienten sein könnte. Auch hierzu hat der Verband schnell viele Infos herausgebracht, zum Beispiel ein Tutorial zum Gebrauch von www.sprechstunde.online (INTERNET, S. 19). Ich war dankbar für diese unkomplizierte Erklärung. Einige der Schritte hatte ich schon selbst herausgefunden und einfach gewagt, zum Beispiel anstelle einer Approbationsurkunde meine Berufsurkunde hochgeladen und siehe da, genauso hat es funktioniert. Einige vertiefende Feinheiten habe ich dann noch im Tutorial erfahren, mir zwei Versuchskaninchen gesucht und los ging's.

Ergotherapie mit Abstand → Mein Alltag in der dritten Woche von Corona sieht nun so aus: Ich beginne meinen Tag mit zwei Hausbesuchen bei hochbetagten Menschen. Davor habe ich lange mit ihnen telefoniert, ethische Aspekte geklärt und mir auch anhören müssen, dass Risikogruppe ja wohl das neue Schimpfwort für ältere Menschen sei. Gemeinsam überlegten wir, wo es sinnvoll ist, die Ergotherapie weiterzuführen, welche Sicherheitsmaßnahmen angemessen sind und welchen Nachteil es hätte, die Therapie abzubrechen. Schnell war klar, ich komme weiter.

Ich ziehe natürlich meinen Mundschutz an und wasche intensiv meine Hände, nachdem ich die Wohnung betreten habe. Vorsichtshalber benutze ich auch Handschuhe, und der Wohnzimmertisch, an dem ich mit meiner Klientin arbeite, ist glücklicherweise sehr breit. Wir machen eine Mischung aus bedeutungsvoller Betätigung und Hirnleistungstraining. Gut, derzeit flöten wir nicht gemeinsam. Ihr Ziel, Schuberts Forelle in drei Wochen wieder spielen zu können, rückt etwas weiter nach hinten. Stattdessen widmen wir uns Büchern, die sie gerne lesen und verstehen möchte. Sie liest vor und wir unterhalten uns über die Inhalte. Danach stellt sie die Werke stolz ihrem Mann vor. So geht Ergotherapie auch auf Abstand.

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

Abb.: C. Merklein de Freitas

Handtherapie ohne direkte Zuwendung → Nach einem weiteren Hausbesuch komme ich wieder in die Praxis. Dort erwartet mich eine Klientin mit einer Handverletzung. Auch hier haben wir lange im Team überlegt, wie wir die Versorgung aufrechterhalten können. Wir sind zu dem Schluss gekommen, dass wir mit Mundschutz arbeiten und unsere Klienten, sollten sie noch keinen haben, einen von uns gestellt bekommen. Wir wenden uns beim Arbeiten an der Hand nicht direkt einander zu. Das ist ein Lernprozess, denn beim Sprechen mein Gegenüber anzusehen, ist eine Selbstverständlichkeit für mich. Für die Alternative mit dem Spuckschutz haben wir uns aktuell noch nicht entschieden. Die Wand aus Plexiglas, die auf den Tisch gestellt werden kann und eine Aussparung für die Hände bietet, habe ich aber bereits bei Kolleginnen gesehen. Da wir hauptsächlich an Betätigungen arbeiten, ist Manipulation am Klienten sowieso eine eher seltenere Maßnahme bei uns in der Praxis. Aber ich kann Kolleginnen verstehen, die zu dieser Maßnahme greifen.

Einen Platz für die Videotherapie finden → Nach dieser Sitzung kommt die erste Videoeinheit des Tages. Auch hier gibt es technisch gute und schlechte Tage. Ich sitze mit zwei Mobiltelefonen und ein bis zwei Laptops in einem unserer Behandlungsräume. In einem Webinar zu Teletherapie sprachen Lena Rettinger vom FH Campus Wien, Andreas Jocham von der FH Joanneum und Philipp Neurohr von der Neurohr Bytes Software über Datenschutz und bisherige Erfahrungen. Dort erhielt ich wertvolle Tipps zur Umgebungsgestaltung. Klar, ein ruhiger Raum mit keiner oder wenig Störung. Kein Fenster im Hintergrund, logisch – ist mir zu Anfang aber natürlich doch auch mal passiert. Nach Möglichkeit keine Tür hinter mir, weil sie mein Gegenüber im Laptop ablenkt. O.k., ich habe meinen Platz gefunden.

Hoffentlich spielt nun auch das WLAN mit. Das schwächelt derzeit schon mal. Dann kann es passieren, dass ich während einer Einheit die Plattform wechseln muss. Aber alle, mit denen ich das Experiment bisher gewagt habe, waren geduldig und haben mitgemacht. Es ist toll zu sehen, wie sehr auch Klienten daran interessiert sind, dass es mit der Ergo weitergeht.

Ich wähle mich also für das nächste Kind ein. Dafür ist mir eine interaktive Plattform wichtig. Auf diese Weise kann ich nicht nur mit Charlotte sprechen, sondern auch gemeinsam mit ihr etwas auf dem Bildschirm zeichnen. Wir hatten verabredet, dass es heute darum geht, wie sie mit den Geometriehausaufgaben umgehen kann, ohne sie vor sich herzuschieben und ihre Mutter

Claudia Merklein de Freitas, Ergotherapeutin seit 1999, tätig als Dozentin seit 2004 an der Zuyd Hogeschool sowie seit 2005 in eigener Praxis gemeinsam mit drei engagierten Kolleginnen in Köln. Als stellvertretende WFOT-Delegierte ist ihr der Blick über den deutschen Tellerrand wichtig.

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

oder ihren Bruder fragen zu müssen. Charlotte möchte das beim Home Schooling alleine hinbekommen. Der Plan steht also. Ich telefoniere vorab mit ihrer Mutter, um sie beim Einloggen in das Programm zu führen. Letzte Woche hat das noch nicht geklappt. Zu einem späteren Zeitpunkt am Abend stellten wir bei einer Probesession fest, dass in ihrer Einstellung die Kamera blockiert war. Obwohl wir keine Technikcracks sind, bekamen wir es gemeinsam hin.

Aufwärmphase einhalten → Charlotte sitzt schon hinter dem Bildschirm. Wir unterhalten uns über ihre Woche und ob ihre To-do-Liste funktioniert hat. Letztes Mal haben wir festgestellt, dass sie zwischendurch ganz schön Langeweile hat, und so entwickelten wir das Büroklammerorakelspiel. Dabei muss ich an Betätigungsdeprivation denken und welche Möglichkeiten der Gegensteuerung wir Ergotherapeuten haben. Charlotte und ich sammelten also Betätigungen und Aktivitäten, die sie gerne macht oder ausprobieren möchte. Da kam eine ganze Seite mit vielen Kästchen zusammen. Per Bildschirmübertragung stellten wir die Kästchen zusammen und färbten sie ein. Das Dokument schickte ich ihr nach der Einheit per E-Mail. Jetzt kann Charlotte, wenn ihr langweilig ist, Büroklammern auf das ausgedruckte Orakel fallen lassen. Dann hat sie wieder eine Idee, was sie machen könnte. Stolz berichtet sie, dass es schon drei Mal geklappt hat. Durch das Gespräch sind wir gut aus der Eingewöhnungsphase, die die Kollegen aus Österreich in ihrem Webinar empfohlen haben, in die eigentliche Einheit gekommen.

Jetzt stehen Geometrie und die nächste Herausforderung auf dem Plan: Sie hat das Buch und ich nicht – wie soll ich da Strategien mit ihr erarbeiten? Sie hält mir das Buch vor die Kamera, und ich sehe viele Muster. Wie merke ich mir die so schnell? Die Idee: Charlotte hält noch einmal das Bild vor die Linse, und ich mache einen Screenshot. Den lade ich hoch, teile ihn mit ihr auf dem Bildschirm und los geht's. Sie leitet mich an, welche Striche ich wo machen soll, und ich kann in das Bild malen, sogar mit verschiedenen Farben. Ich bin begeistert, diese Funktion kannte ich noch nicht. Am Ende besprechen wir, was wir nächstes Mal machen. Charlotte freut sich, dass sie mit den Figuren nun besser klarkommt, und hält sich offen, ob wir noch mal etwas mit Geometrie machen.

Ich stelle fest, dass es gut war, mir für die Videosession eine ganze Stunde zu blocken, auch wenn es eine sensomotorisch-perzeptive Behandlung war – mit dem Drumherum hat es die Zeit gebraucht.

Abb.: M. Schlörb

Routinen bewahren → Dann kommt meine nächste Klientin. Sie hat eine psychiatrische Diagnose, und ihr ist der persönliche Kontakt wichtig. Mit ihr habe ich vereinbart, dass wir heute gemeinsam einen Mundschutz nähen. Nähen ist zwar nicht meine Lieblingsbeschäftigung, aber in Zeiten wie diesen doch sehr nützlich. Frau M. möchte ihre Eltern besuchen. Einen Mundschutz kann sie sich bei den aktuellen Preisen allerdings nicht leisten. Also, Stoffreste herausgeholt und mit YouTube, Schere und Nadel bewaffnet, geht es in die Produktion. Gut, dass ich durch das Nähen für meine Mitarbeiterinnen und mich schon Erfahrung gesammelt habe.

Die Stunde geht schnell vorbei, beim Nähen besprechen wir den Alltag der Klientin und wie sie sich ihre Routinen in dieser ungewöhnlichen und beängstigenden Zeit bewahren kann.

Die Zeit für Einloggen & Co. einkalkulieren → Nach einer kurzen Pause geht es mit der nächsten Videoeinheit weiter. Johanna möchte ihr Zimmer aufräumen, schafft es aber nicht, die Grundordnung einzuhalten. Das sind nicht meine Worte – sondern die meiner 10-jährigen Klientin. Und so befinde ich mich nach einem erneuten Einlog-Prozedere in ihrem Kinderzimmer, das sie mir etwas verlegen präsentiert. Ich hatte letzte Woche mit ihr vereinbart, dass sie nicht vorher aufräumt, und so bekomme ich die volle Bandbreite ihrer „Chaosecke" und anderer Baustellen in ihrem Zimmer gezeigt. Dann legen wir los. Durch meine Fragen erörtern wir, wie und wo sie am besten anfängt und wo bestimmte Gegenstände optimalerweise verwahrt werden können. Es ist schon lustig. Sie nimmt mich mit auf den Boden und hüpft während ihrer Aufräumaktion mehrmals über mich hinweg. Meine Perspektive ist zwar eingeschränkt, aber ich sehe, dass Johanna voll in ihrem Element ist. Zwischendurch reflektieren und überlegen wir, wie sie die erarbeiteten Strategien beibehalten kann.

Es folgt das abschließende Gespräch mit ihrer Mutter, und wir verabreden uns für die nächste Woche. Da ist Johanna wieder bei ihrem Vater. Dort teilt sie sich das Zimmer mit ihrer Schwester und

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.

muss nicht so viel aufräumen. Dann arbeiten wir also an anderen Themen. Da muss ich mir noch etwas einfallen lassen.

Diese Einheit hat mit Einloggen und allem Drum und Dran 50 Minuten gedauert. Prima, da kann ich in den verbleibenden 10 Minuten bis zur nächsten Einheit kurz verschnaufen und mit den Kolleginnen besprechen, was diese Woche noch organisiert werden muss.

Der Alltag der Klienten fühlt sich ganz nah an → Dann geht es weiter mit Tülay*. Ich sehe sie heute zum ersten Mal in der Videoeinheit. In den beiden letzten Wochen haben ihre Eltern die Einheit aus Angst vor Corona abgesagt. Auch hier rufe ich bei der Familie an, um ihnen mit dem Login zu helfen. Nach einigem Hin und Her klappt es. Der WLAN-Gott ist mir wieder hold.

Tülay ist schnell abgelenkt, und die Tatsache, dass wir in ihrem gut ausgestatteten rosa Mädchenzimmer sitzen – ach ja, sie sitzt dort und ich in der Praxis, aber es fühlt sich teilweise doch sehr nah an –, lässt mich besorgt sein. Umso schöner, dass mich Tülay überrascht: Sie zeigt mir ihr Zimmer, während ich auf dem Tablet mitschwebe. Manchmal sind ihre Bewegungen etwas schnell, sodass ich wenig erkenne. Aber dann bringt sie mich ganz aufgeräumt wieder zu ihrem Schreibtisch.

Mit Tülay habe ich heute noch kein konkretes Betätigungsziel. An ihrem sonstigen Ziel – sie möchte, dass sie ihre Hausaufgaben selbstständiger lösen kann, ohne immer ihre Mutter fragen zu müssen – hat sie heute schon gearbeitet. Dann probieren wir etwas anderes aus: Ich nehme Bilder aus meinem Spiel „Viele Dinge“ und zeige eines in die Kamera. Dann drehe ich es um. Auf der Rückseite steht ein Buchstabe. Tülay traut sich in der Schule oft nicht, sich zu melden. Also vereinbaren wir beim Spiel, dass wir die Hand heben, wenn uns zum Thema und zum Buchstaben der Karte ein Begriff einfällt. Wir warten so lange, bis auch die andere die Hand hebt. Erst dann werden die Begriffe ausgesprochen und verglichen. Tülay hat Spaß daran und freut sich, wenn sie zuerst die Hand erhoben hat, weil ihr zum Beispiel schneller eine Blume mit T eingefallen ist.

Im Abschlussgespräch mit den Eltern besprechen wir, ob eine weitere Videoeinheit nächste Woche vorstellbar ist. Die beiden sind froh über das Angebot, und so vereinbaren wir den Termin.

Das kostet Energie! → Jetzt schnell – der nächste Klient kommt in die Praxis, und danach folgt die letzte Videoeinheit des Tages. Eine erwachsene Klientin, die Schwierigkeiten damit hat, zu entscheiden, welche Dokumente sie aufbewahren soll und welche sie entsorgen kann. Dadurch wächst das Chaos zu Hause – ich werde noch zur Aufräumberaterin! Das würde meinen Mann glücklich machen!

Abb.: C. Merklein de Freitas

Atemschutz

In der Praxis wird jeder mit einem selbst gemachten Schutz für Nase und Mund ausgestattet: Klienten und Therapeuten.

Danach erledige ich die Nachbereitung: E-Mails müssen verschickt, Termine vereinbart bzw. bestätigt, E-Mails für die durchgeführten Videoeinheiten gespeichert und Einverständniserklärungen an neue Videoklienten versendet werden. Ich muss zugeben, danach bin ich müde. Der schnelle Situationswechsel kostet mich momentan einiges an Energie! Nach der letzten Einheit dann noch mal den Hygieneplan befolgen und hoffen, dass die nächste Lieferung mit dem Flächendesinfektionsmittel kommt.

Und dennoch bin ich froh, auf diese Weise sowohl meine Klienten weiter unterstützen zu können als auch die Praxis am Laufen zu halten. Das ist es mir wert!

Aus jeder Krise erwächst eine Chance → Ja, wir leben in einer unsicheren Zeit. Sie verlangt uns und unserer Umwelt vieles ab. Auch ich habe finanzielle Ängste und schlaflose Nächte, wenn ich daran denke, dass ich meinen Mitarbeiterinnen Kurzarbeitergeld zumuten muss, weil eben nicht alle Klienten mit Teletherapie versorgt werden können und wir sonst viele Menschen in den Seniorenheimen besuchen. Aber da gab es am Karfreitag gute Nachrichten: Jens Spahn verkündete, dass auch für die therapeutischen Berufe ein Schutzschirm geboten werden soll. Auf Basis des letzten Quartals von 2019 sollen 40 Prozent der Vergütung als Einmalzuschuss gewährt werden.

Also ganz ehrlich, aus jeder Krise erwächst auch eine Chance! Nun ist die Zeit gekommen, zu beweisen, wie gut wir Ergotherapeuten mit Herausforderungen umgehen können. Wie selbstständig und verantwortlich wir die derzeitigen Erleichterungen, die uns die Krankenkassen endlich ermöglichen, handhaben, um diese Errungenschaften auch weiterhin zu etablieren.

Wir sollten alle Widrigkeiten und menschlichen Schicksale, die uns derzeit treffen, würdigen. Und dennoch kann ich nur sagen: Bitte lasst uns beweisen, dass wir als Profession an einem Strang ziehen und die Ergotherapie mit neuen Maßnahmen in das moderne Zeitalter bringen!

Claudia Merklein de Freitas

Internet

Nützliche Links

Auflistung verschiedener Kommunikationsplattformen:
https://dve.info/resources/pdf/downloads/a-z/corona-virus/3894-anbieter-telemedizin/file

Video-Tutorial zur Nutzung von Sprechstunde.online:
https://youtu.be/tQNZ0Ecrmsk

* Name von der Redaktion geändert

Dieses Dokument wurde zum persönlichen Gebrauch heruntergeladen. Vervielfältigung nur mit Zustimmung des Verlages.