

Internationale Studienergebnisse

LEBEN NACH APOPLEX

„Das Beste daraus machen“



■ Nach einem Schlaganfall durchlaufen Menschen einen komplexen Anpassungsprozess. Sie eignen sich dabei Expertenwissen an und meistern ihr Leben engagiert. Therapeuten können sie dabei bestärken, indem sie Engagement und Expertenwissen der Betroffenen unterstützen. Zu diesem Schluss kommen die beiden Ergotherapeutinnen Shoshannah

Williams und Caroline Murray von der University of South Australia in Adelaide, Australien.

Drei Männer und zwei Frauen im Alter zwischen 68 und 78 Jahren beschrieben in sogenannten Tiefeninterviews, wie sie ihr Handeln nach einem Schlaganfall an die veränderten Lebensbedingungen angepasst haben. Ihre drei übergreifenden Themen waren: „Es war

ein großer Schock“, „Das ganze Leben verändert sich“ und „Man muss einfach weitermachen und das Beste daraus machen“. Infolge des Schlaganfalls erlebten die Befragten eine Diskrepanz zwischen den täglichen Anforderungen und ihren eingeschränkten Kompetenzen. Um sich an die neue Situation anzupassen, griffen sie auf hilfreiche Charaktereigenschaften zurück, zum Beispiel auf Resilienz, Motivation oder Risiko- und Einsatzbereitschaft. Zudem nutzten sie verschiedene Bewältigungsstrategien, um mit der neuen Lebenssituation umgehen zu können. So pflegten sie ihren Humor und ihre Hoffnung, äußerten ihre Wut, führten Selbstgespräche, ließen sich berühren und erlebten Glücksgefühle. Außerdem profitierten sie davon, dass ihre Freunde und Familien sie unterstützten.

Für Therapeuten bedeutet das, dass sie ihren Klienten frühzeitig Kontakte zu anderen Betroffenen vermitteln sollten, um einen Austausch über Adaptionsprozesse anzuregen. Außerdem können sie ihre Klienten empowern, indem sie ihren Mut sowie ihre Stärken und Grenzen anerkennen und unterstützen.

akb

AOTJ 2013; 60: 39–47

ZITAT

»NICHTS KANN DEN MENSCHEN MEHR STÄRKEN ALS DAS VERTRAUEN, DAS MAN IHM ENTGEGENBRINGT.«

Paul Claudel (1861–1942),
französischer Dichter und Diplomat

Handlungsanpassung nach Schlaganfall

Nach einem Schlaganfall setzen sich die Betroffenen Schritt für Schritt mit verschiedenen Themen auseinander, um ihr Handeln allmählich an die veränderten Lebensbedingungen anzupassen.

Thema 1	Schock für das System
Thema 2	Das gesamte Leben verändert sich: > Befürchtungen und Ängste kommen auf > Probleme lösen > Grenzen erweitern
Thema 3	Weitermachen und das Beste daraus machen

AOTJ 2013; 60: 39–47

ARBEITSMEDIZIN UND -SICHERHEIT

Ein Einsatzfeld für Ergo- und Physiotherapeuten

■ In Australien arbeiten Ergotherapeuten und Physiotherapeuten häufig im Bereich Arbeitsmedizin und -sicherheit. Bislang mangelt es aber an Informationen darüber, welche Eigenschaften und Kompetenzen sie für dieses Aufgabenfeld benötigen. Daher untersuchten die Ergotherapeutin Kerry Adam und ihre Kollegen diese Fragestellung an der University of Queensland, Australien.

Die Forscher recherchierten 21 Artikel und ein Buchkapitel in elektronischen Datenbanken wie PubMed oder OTseeker. Anschließend führten sie eine Metasynthese durch. Den Ergebnissen zufolge benötigen Therapeuten für dieses Arbeitsfeld umfassende Kenntnisse über Prävention von und Rehabilitation bei Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten. Dabei müssen sie sich auch mit Fragen der Ergonomie, Arbeitssicherheit und -organisation auskennen. Sie benötigen geeignete Kommunikationsfertigkeiten, um Klienten zu beraten und sich mit anderen Berufsgruppen auszutauschen. Weiterhin sollten sie arbeitsbezogene Assessments und



Interventionen einsetzen können, zum Beispiel das Work-Hardening-Programm. Professionelles Verhalten setzt zudem voraus, dass sie ihr Vorgehen reflektieren, evaluieren und überzeugend vertreten können.

Da die ausgewerteten Arbeiten eine geringe Beweiskraft besitzen, sehen die For-

scher einen Bedarf an methodisch hochwertigen Forschungen. Diese sollten zudem untersuchen, welche Kompetenzen Ergotherapeuten und Physiotherapeuten benötigen und inwieweit sie diese in ihrer Ausbildung bereits erwerben.

akb

AOTJ 2013; 60: 76–84

MBOR

Work-Hardening-Programm

■ „Work Hardening“ beschreibt ein Hebe-, Haltungs- und Arbeitstraining, das in der medizinisch-beruflich orientierten Rehabilitation (MBOR) von Menschen mit chronischen Rückenschmerzen zum Einsatz kommt. Das Trainingsprogramm soll die Klienten zu rückengerechtem Verhalten befähigen und ihre Kondition steigern. Zu diesem Zweck üben die Rehabilitanden arbeitstypische Bewegungen und Abläufe wiederholt ein. Neben einer Verbesserung von Kraft und Ausdauer geht es auch darum, die persönlichen Belastungsgrenzen einschätzen und respektieren zu lernen.



fk

forschung.deutsche-rentenversicherung.de

Ergotherapie kann und soll ...

... künftig stärker als bisher auch arbeitsbegleitend, arbeitsunterstützend und gerade da angeboten werden, wo die Patienten arbeiten.

Köhler K,
Steier-Mecklenburg F, Hrsg.
Arbeitstherapie und Arbeitsrehabilitation –
Arbeitsfelder in der Ergotherapie.
Stuttgart: Thieme; 2008

STURZPRÄVENTION BEI PARKINSON

Bewusstes Gehen statt Übungen



■ Menschen mit Morbus Parkinson können Stürze vermeiden, indem sie sich langsam und konzentriert fortbewegen. Dieses bewusste Gehen scheint effektiver zu sein als eine spezifische Sturzprävention mit Kraft- oder Gleichgewichtsübungen. Zu diesem Schluss gelangten die Physiotherapeutin Dr. Emma Stack und die Internistin Dr. Helen

Roberts an der University of Southampton, England.

Die beiden Forscherinnen werteten die ausgefüllten Fragebögen von 255 Senioren aus, deren Parkinson-Diagnose seit bis zu 31 Jahren feststand. In ihren Antworten beschrieben die Betroffenen, wo und warum sie gestürzt waren und wie sie sich vorher und

nachher verhalten hatten. Den Ergebnissen zufolge erlitten 136 Befragte (53 Prozent) außerhalb ihres häuslichen Umfeldes einen Sturz. Dieser ereignete sich meistens während eines Spazierganges. Als häufigste Gründe gaben die Betroffenen Stolpern (24 Prozent) und Unaufmerksamkeit wegen Müdigkeit oder Ablenkung an (12 Prozent). Nach dem Sturz kamen 30 Prozent der hingefallenen Teilnehmer wieder alleine auf die Beine, 40 Prozent benötigten die Hilfe von Bekannten oder Fremden.

Die Forscher vermuten, dass Übungen zur Sturzprävention zu Stürzen beitragen können, da sie zur Ermüdung führen. Stattdessen empfehlen sie Menschen mit Morbus Parkinson, langsam zu gehen und sich auf ihre Umwelt zu konzentrieren. Von „Multitasking“ raten die Forscher ab. Das heißt, die Betroffenen sollten sich während eines Spazierganges nicht unterhalten oder sich mit anderen Aufgaben beschäftigen. Außerdem sollten sie fremde Menschen dazu anleiten können, ihnen im Falle eines Sturzes zu helfen.

akb

Parkinson's Disease 2013;
doi: 10.1155/2013/704237

MORBUS PARKINSON

Der Gang verändert sich

■ Bei Menschen mit einer Parkinson-Erkrankung reduzieren sich Schritttempo und -länge. Dabei erscheinen die Bewegungsmuster unregelmäßiger und können zwischendurch gänzlich erstarren.

Die Probleme beim Gehen verstärken sich, wenn die Betroffenen abgelenkt sind oder zusätzliche Aufgaben durchführen.

Herausfordernde Umweltbedingungen können die Fortbewegung ebenso erschweren, wie beispielsweise Stufen oder ein unebener Untergrund.

fk

Parkinson's Disease 2012;
doi: 10.1155/2012/856237



Mit zunehmendem Alter ...

... erhöht sich das Risiko, an Morbus Parkinson zu erkranken. Jährlich gibt es pro 100.000 Einwohner 5,3 Neuerkrankungen bei den 40- bis 49-Jährigen. Bei den 70- bis 79-Jährigen sind es 254 Betroffene. Da die fortschreitende medizinische Versorgung die Lebenserwartung stetig ansteigen lässt, wird auch die Anzahl der Menschen mit Parkinson steigen.

WS
Max-Planck-Institut für Psychiatrie,
München, 2013