

Nach Herzproblemen wieder in Fahrt kommen Ergotherapeuten schauen bei der Nachbehandlung auf jedes Detail

Herzinfarkt, Herzrhythmusstörungen oder Herzinsuffizienz: Jede dieser kardiologischen Erkrankungen zählt zu den Volkskrankheiten unserer Zeit und betrifft Viele. Alleine über 300.000 Menschen jährlich erleiden in Deutschland gemäß der deutschen Herztiftung einen Herzinfarkt. Nach einem solchen Ereignis stellt sich immer die Frage „Wie geht es weiter?“ Bei der Nachbehandlung und Behandlung der Folgeerscheinungen kardiologischer Erkrankungen spielen Ergotherapeuten wie Hiltrud Brunnengräber (DVE) im Team mit anderen Therapeuten eine besondere Rolle und ermöglichen den Weg zurück in ein erfülltes Leben.

Patienten mit Herzproblemen leiden unter vielen Belastungen – nicht nur denen, die zu ihrer aktuellen Krankheitssituation geführt haben. Wer beispielsweise nach einem Herzinfarkt in eine kardiologische Reha-Einrichtung kommt, kämpft auch mit Ängsten, Gefühlen der Hilflosigkeit, Depressionen und mehr. Das verwundert nicht, denn oft genug müssen diese Menschen bei nahezu null wieder anfangen. „Unsere Patienten sind nach ihrer Herz-OP oder weil sie zusätzlich lange liegen mussten, häufig in ihrer Mobilität sehr eingeschränkt. Zu Anfang – gerade wenn sie schon älter sind – übe ich mit ihnen einfachste Dinge wie Aufstehen und Gehen, sich waschen oder Anziehen. Denn solche selbstverständlichen Alltagshandlungen sind die Ausgangsbasis für alles Weitere.“, so Hiltrud Brunnengräber, Ergotherapeutin im Deutschen Verband der Ergotherapeuten e.V. (DVE). Was sich banal anhört, ist jedoch essentiell. Denn es ist bekannt, wie wichtig die subjektive Wahrnehmung der eigenen Befindlichkeit für den weiteren Verlauf des Heilungsprozesses ist. Erfolge und der Aufbau von Selbstvertrauen sind der Motor, der diese Patienten antreibt. Vom ersten Gespräch an ist daher das Ziel in der Ergotherapie herauszufinden, welches die bedeutendsten Bedürfnisse des Einzelnen sind. Und daran arbeiten die Ergotherapeuten in ihren Behandlungen konsequent, damit ihre Klienten verloren gegangene Fähigkeiten nach und nach zurückerlangen und regelmäßig Erfolgserlebnisse haben, so dass die Motivation erhalten bleibt.

Herzpatienten: Grenzen akzeptieren lernen

Bis zur Erschöpfung gehen, leisten und noch mehr leisten bis man nicht mehr kann – so sah das Leben vieler Patienten mit kardiologischen Problemen vorher aus. Um gesund zu werden und zu bleiben, müssen sie ihre Lebensführung und Gewohnheiten ändern, vielleicht neue Hobbies finden, die Ernährung umstellen und für Stressabbau sorgen. „Dafür hat die Ergotherapie prima Methoden.“, erklärt Hiltrud Brunnengräber. „Ich interessiere mich bis in jede Einzelheit dafür, wie das Leben meiner Klienten vor ihrer kardiologischen Erkrankung aussah und gemeinsam setzen wir dann neue Prioritäten, gestalten den künftigen Tagesablauf gezielt bis ins Detail und üben kontinuierlich, damit sie zuhause und in ihrem Leben wieder gut zurechtkommen.“ Selbst bei eingeschränkter Konzentrationsfähigkeit, die sich nicht selten nach einem operativen Eingriff zeigt, greifen ergotherapeutische Maßnahmen. Auch wenn diese Defizite durch eine Mangel durchblutung, wie sie beispielsweise bei einer Herzinsuffizienz eintritt, verursacht wurden, hilft Hirnleistungstraining ausgezeichnet. Zudem vermittelt es den Patienten spür- und messbare Erfolge bei der Genesung.

Ergotherapeuten: Klienten coachen und motivieren

Fast alle Herzpatienten benötigen seelischen Beistand, Bestätigung und Motivation – ein Prinzip, nach dem die Ergotherapie bei vielen Erkrankungen verfährt. Verstärkt bei älteren

Menschen kommt häufig hinzu, dass sie sich plötzlich nichts mehr zutrauen oder resignieren, ein Fall für routinierte Ergotherapeutinnen wie Hiltrud Brunnengräber. Diese haben da so ihre Vorgehensweisen und arbeiten beharrlich mit ihren Klienten daran, dass sie den Weg zum Supermarkt und Aufgaben im Haushalt ebenso wieder bewältigen lernen, wie Freizeitgestaltung oder andere, alltägliche Dinge. Häufig sind es die jüngeren Patienten, die am liebsten „alles wieder können“ möchten, was sie vor ihren Herzproblemen konnten. Das ist nicht ausgeschlossen und eine Spezialität der Ergotherapie, genau den richtigen Ansatzpunkt zu finden, um die Fähigkeiten wiederzuerlangen, aber nicht in alte Überlastungsmuster zurückzufallen. Auch in puncto Berufstätigkeit unterstützen Ergotherapeuten ihre Klienten nach einem kardiologischen Vorfall. Sie werden bei der beruflichen Wiedereingliederung aktiv und vermitteln zwischen dem zu integrierenden Klienten und seinem Arbeitgeber und den Kollegen oder sie begleiten ihn bei der beruflichen Umorientierung.

Fazit: Das Einbeziehen von Ergotherapeuten in die Behandlung von Folgeerscheinungen kardiologischer Erkrankungen trägt aus vielerlei Gründen zum Therapieerfolg bei und führt dazu, dass die Patienten ihr Leben wieder selbst in die Hand nehmen können.

Informationsmaterial erhalten Interessierte bei den Ergotherapeuten des Deutschen Verbandes der Ergotherapeuten e.V. (DVE). Diese sind über die Therapeutensuche auf www.dve.info.zu finden.



Wieder etwas können, und wenn es Alltagspflichten sind! Wer nach einer Herz-OP oder anderen kardiologischen Problemen im Leben wieder gut zurechtkommen will, lernt in der Ergotherapie Fähigkeiten wiederzuerlangen, ohne in alte Überlastungsmuster zurückzufallen. (© DVE)



Bis zum „geht nicht mehr“ leisten – so etwas führt häufig zu kardiologischen Problemen. In der Ergotherapie lernen Herzpatienten, wie sie ihre Lebensführung ändern, neue Hobbies finden, die Ernährungsgewohnheiten umstellen und für Stressabbau sorgen. (© DVE)



Hiltrud Brunnengräber, Ergotherapeutin am Klinikum Bielefeld in der Geriatriischen Klinik und Mitglied der AG Kardiologie des DVE (© DVE)