

Studien belegen Wirksamkeit von Ergotherapie bei Demenz

Menschen in allen Stadien von Demenzerkrankungen profitieren

Doppelt so viele demenzkranke Menschen wie zurzeit! Das ist die Prognose für das Jahr 2050. Welche Auswirkungen dies haben wird, lässt sich derzeit noch nicht bis in die letzte Konsequenz ermessen. Eines ist aber jetzt schon sicher: Die Betreuung von Betroffenen mit mittlerer und schwerer Demenz wird für alle – die (pflegenden) Angehörigen, Ärzte, Ergotherapeuten und Pflegeberufe – eine große Herausforderung werden. Anlass für Dieter Korczak, Carola Habermann, und Sigrid Braz wissenschaftlich zu belegen, was der Berufsgruppe der Ergotherapeuten schon lange aus der Praxis klar ist: Ergotherapie bewirkt in jedem Stadium von Demenz eine Verbesserung. Die Studienergebnisse sprechen für sich!

Was sich für Angehörige oder Freunde demenzkranker Menschen als Vergesslichkeit, Desorientierung oder Unruhe und Aggression zeigt, ist für Spezialisten wie die Ergotherapeutin Carola Habermann ein äußerst vielschichtiges Krankheitsbild. Zusammen mit Dieter Korczak und Sigrid Braz hat sie die vom Deutschen Institut für Medizinische Dokumentation und Information (DIMDI) beauftragte Literaturstudie „Wirksamkeit von Ergotherapie bei mittlerer bis schwerer Demenz“ durchgeführt. Die Resultate dieser Ausarbeitung zeigen ganz deutlich, dass – so wie es die Ergotherapie für sich beansprucht – eine an die Betroffenen angepasste Behandlung wirkt. Und das in jedem Stadium der Erkrankung.

Auswirkung von Demenz abschwächen, Krankheitsverlauf verzögern

Den Hirnabbauprozess Demenzkranker zu verlangsamen, das streben erfahrene Ergotherapeutinnen wie Carola Habermann als oberstes Ziel an. „Bewegung und Kognition zögern die Verschlimmerung der Demenz im frühen Stadium hinaus, das ist unzweifelhaft erkennbar oder „evident“, wie wir in unserem Fachjargon sagen.“, erklärt die auf Demenzerkrankungen spezialisierte Ergotherapeutin. Sie greift auf ein breites Spektrum von Methoden und Ideen zurück und lässt ihre Klienten spielerisch das Eine mit dem Anderen verbinden. Bei gymnastikähnlichen Bewegungen zu Musik oder beim Bälle oder Tücher werfen, lässt sie sie Rätsel raten oder stellt Fragen allgemeiner Natur. So knüpft sie an Bekanntes und Erinnerungen von früher an. Der medizinische Effekt dieser Vorgehensweise ist mit der neuen Studie nun auch wissenschaftlich erwiesen, denn sinngemäß liest man dort, dass die einzelnen Verfahren sich je nach Demenzstadium positiv auf die verschiedenen Lebensbereiche auswirken. Und weiter heißt es, dass die Voraussetzung hierfür eine strukturierte und patientenzentrierte, also auf den Einzelnen zugeschnittene, Umsetzung ist. Aber das versteht sich in der Ergotherapie sowieso von selbst.

Alltag bewältigen lernen, Angehörige entlasten

Außer einer solchen Verbesserung der Lebensqualität bietet die Ergotherapie aber viel mehr: Sie ist die Behandlungsform, die sich an erster Stelle um die Selbstversorgung kümmert, die die Eigenständigkeit auch bei demenzkranken Menschen möglichst lange erhält. Wer selbst den Alltag mit einem demenzkranken Angehörigen oder Partner erlebt, weiß, wie unglaublich erleichternd es ist, wenn dieser bei denkbar vielen Aktivitäten so lange wie möglich alleine zurechtkommt. Ergotherapeuten schulen und trainieren dazu sowohl die Erkrankten selbst als auch die Angehörigen. Wenn der demente Mensch noch in einem anfänglichen Stadium und dazu fähig ist, arbeitet Carola Habermann beispielsweise mit einem Klappkalender mit Wochenübersicht. Darin lässt sie ihre Klienten zur Erleichterung der Tagesstruktur alle Termine und Ereignisse der Woche eintragen und weist auch die Angehörigen an,

mitzumachen und bei Orientierungsfragen auf den Blick in den Kalender zu verweisen. „Wenn wir zu einem frühen Zeitpunkt anfangen, mit den leicht an Demenz Erkrankten zu trainieren, ist das eine große Entlastung der pflegenden Personen. Denn die selbstständige Lebensführung ist ein ganz wichtiger Aspekt.“, bestätigt Habermann, was Familien mit dementen Angehörigen nur zu gut wissen. Bei der Therapie geht es jedoch nicht alleine um die Selbstständigkeit der Demenzkranken und die Lebensqualität aller Beteiligten. Vielmehr hat die ergotherapeutische Behandlung auch eine immense wirtschaftliche Auswirkung. Denn wie aus zwei der aktuellen Studie zugrunde liegenden Untersuchungen hervorgeht, kann durch rechtzeitig einsetzende Ergotherapie der Umzug in ein Pflegeheim bis zu eineinhalb Jahren hinausgezögert werden.

Ergotherapeuten wichtig bei Beratung und Planung

Ein äußerst heikler Punkt und eine Gefühlsachterbahn für alle ist der Wechsel aus der familiären, vertrauten Umgebung in ein Pflegeheim. Irgendwann kann dieser Zeitpunkt jedoch eintreten und Frau Habermann und ihre Kolleginnen und Kollegen aus der Ergotherapie unterstützen die betreuten Familien auch hierbei. Carola Habermann verdeutlicht, warum dies sorgsam geplant und vorbereitet werden muss: „Es hat sich als sinnvoll erwiesen, dass Patienten mit Demenz in ein Heim kommen, solange sie dieses als neues Zuhause und schützenden Rahmen annehmen können. Ich spreche das Thema frühzeitig an und erkläre alles ausführlich, so dass die Familien selbst eine für alle tragbare Entscheidung treffen können.“ Und auch im Heim stehen wieder Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten bereit, die dafür sorgen, dass es ihren Klienten weiterhin gut geht. Bei Menschen mit mittlerer oder schwerer Demenz sind es oft die vermeintlich einfachen, grundlegenden Dinge die helfen, wie kleine Massagen oder das Führen der Hände, um das Gesicht einzucremen. Auch eine vernünftige Lagerung ist förderlich, denn sie bewirkt, dass die Menschen sich im Bett wieder wahrnehmen können. Erhalten die Erkrankten mehrmals am Tag einen solchen klaren sensorischen Input, werden sie ruhiger. Und sedierende Arzneimittel sind entweder gar nicht nötig oder können reduziert werden. Eine Entlastung also auf allen Ebenen und für alle Beteiligten.

Der vollständige Bericht ist unter

http://portal.dimdi.de/de/hta/hta_berichte/hta343_bericht_de.pdf frei zugänglich.

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

Ansprechpartnerin für die Presse: Angelika Reinecke, Referentin für Öffentlichkeitsarbeit des DVE e.V. Telefon: 033203 – 80026, E-Mail: a.reinecke@dve.info



Entspannt das tägliche Miteinander: Leicht an Demenz Erkrankte können und sollen einen Teil ihrer Alltagshandlungen alleine bewältigen. Dazu üben Ergotherapeuten mit ihnen und leiten die pflegenden Personen im Umfeld an. (© DVE)



Bevor die Orientierungslosigkeit überhand nimmt: Ein einfacher Klappkalender als ergotherapeutisches Hilfsmittel erleichtert die Tagesstruktur im Stadium der leichten Demenz. (© DVE)



Carola Habermann M.A., Ergotherapeutin und Schulleiterin BFS Ergotherapie bfz gGmbH
Rosenheim (© DVE)