

Ergotherapie als Qualitätsmerkmal in Pflegeeinrichtungen **Ergotherapeuten aktivieren Heimbewohner, sorgen für Lebensqualität**

Der Gedanke, in ein Heim zu müssen, ist für viele noch immer ein Schreckgespenst. „Das liegt vor allem daran, dass sich die alten Menschen abgeschoben und schlecht betreut fühlen.“, führt Eva Hartmann, Ergotherapeutin im DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) die wohl wichtigsten Gründe dafür auf. Dass ein Aufenthalt im Heim durchaus mit Lebensqualität einhergehen kann, liegt oft am professionellen Einsatz von Ergotherapeuten. Im Sinne einer Qualitätsverbesserung für Heimbewohner bleibt zu hoffen, dass Pflegeeinrichtungen nach dem Inkrafttreten der aktuellen Leistungsausweitung für Pflegebedürftige mehr Fachpersonal einsetzen.

Pflege ist ein schwieriges Metier, ganz ohne Frage. Dass immer mehr Menschen ein immer höheres Alter erreichen, ist ausgesprochen erfreulich, führt in Summe jedoch zu mehr Pflegebedürftigen und somit zu mehr Kosten. Neue Ideen und Konzepte sind daher genau so nötig wie gesetzliche Veränderungen. Die Ergotherapeutin Eva Hartmann ist in einer Pflegeeinrichtung beschäftigt, die sich durch eine zeitgemäße Unterteilung in stationäre Wohnbereiche und allgemeine Gruppen-, Aufenthalts- und Tagesräume auszeichnet. Und durch den konsequenten Einsatz von Ergotherapeuten.

Aufgaben professionell verteilen

In Heime kommen vor allem Menschen, die beispielsweise nach einem Schlaganfall kognitive Einschränkungen haben oder dement sind. Oder nach einem Sturz. Einige von ihnen können das Heim nach einer gewissen Zeit wieder verlassen. „Selbst wenn die Menschen dauerhaft bei uns bleiben, setzen wir Ergotherapeuten immer alles daran, sie wieder fitter zu machen, ihnen dadurch Freude am Leben zu vermitteln und insgesamt eine bessere Lebensqualität zu ermöglichen.“, umreißt Eva Hartmann, warum Ergotherapeuten für Pflegeeinrichtungen mit einem Qualitätsanspruch unverzichtbar sind und wofür sie ausgebildet werden. Mit ihrer großen Bandbreite von Methoden und dem in der Ergotherapie üblichen Einfühlungsvermögen gelingt es Eva Hartmann, sogar mit schwer Demenzen zu arbeiten. Mit ihrer Art der Biografiearbeit und dem Einsatz ihres ergotherapeutischen Know-hows schafft sie es, dass sie sich sicherer, sogar wohlfühlen und erzielt so eine Entlastung aller Beteiligten. Das Feedback ihrer Kollegen untermauert die Resultate: Waren diese Heimbewohner vorher unruhig, haben gestöhnt, geschrien oder waren aggressiv, stellen selbst die behandelnden Ärzte fest, dass eine zufriedene Ruhe einkehrt und sie, ebenso wie das Pflegepersonal, seltener eingreifen müssen.

Prophylaxe für mehr Sicherheit und Aktivität

Ergotherapeuten finden bei allen Heimbewohnern ein breites Einsatzgebiet; das fängt bei der Prophylaxe an. Eva Hartmann sieht gerade bei den Menschen mit kognitiven Einschränkungen Bedarf. Damit sie sich ausreichend bewegen wollen und können, beginnt sie mit der Sturzprophylaxe. Für Ergotherapeuten bedeutet das mehr, als lediglich Stolperfallen zu beseitigen. Muskelaufbautraining, insbesondere in den Oberschenkeln, verhindert, dass die alten Menschen sich regelrecht auf Sitzgelegenheiten oder die Toilette fallen lassen. Das führt nämlich schnell zum nächsten Sturz. Ebenso wichtig für die Sicherheit erscheint Eva Hartmann das Hirnleistungstraining. „Kann sich jemand nur auf den Bewegungsablauf „Gehen“ konzentrieren und schaut sich selbst auf die Füße, kommt er nicht auf die Idee, das Bein zu heben, wenn ein Hindernis kommt. Oder auf den Verkehr zu achten, wenn er noch nach draußen gehen kann.“, erläutert die erfahrene Ergotherapeutin, welchen Gefahren Menschen nach einem Schlaganfall oder wegen einer Demenz ausgesetzt sind. Dessen sind sich Gesunde oder die Angehörigen gar nicht bewusst. „Aber

die können das nicht und deshalb übe ich mit ihnen, indem ich beispielsweise Wissensfragen stelle, wenn wir nebeneinander gehen oder ich lasse sie dabei Sprichwörter raten.“

Selbstständigkeit fördern und erhalten

Können die Heimbewohner dann wieder mehr, werden sie auch aktiver, wollen an Ausflügen teilnehmen, suchen den Kontakt mit anderen Heimbewohnern – die meisten jedenfalls. Natürlich gibt es auch andere Vorstellungen in den Köpfen der Menschen im Heim: „Für das viele Geld muss etwas mit mir gemacht werden.“, sei eine ebenfalls verbreitete Meinung, so Eva Hartmann. Doch damit schaden sich die Leute selbst, ohne es zu wissen. Die Menschen in Pflegeeinrichtungen bewegen sich generell weniger, was auf Dauer unter anderem zu einer Versteifung der Gelenke führt. Das fängt schon beim Essen an. Aus Bequemlichkeit lassen sich einige sogar Brötchen streichen und belegen, was obendrein zu Lasten des Pflegepersonals geht oder mehr Kapazität in der Küche erfordert. „Meine Aufgabe ist es, den Menschen die Selbstständigkeit zu erhalten, oder wenn möglich, sie zu fördern. Das heißt, ich schaue: Kann derjenige mit den Standardutensilien zurechtkommen? Oder benötigt er Hilfsmittel?“, lässt die Ergotherapeutin Hartmann einen weiteren Blick in ihr weitgefasstes Aufgabengebiet zu. Wer nach einem Schlaganfall nur noch einen Arm bewegen kann, bekommt ein spezielles Brett, auf das sich das Brötchen aufspießen lässt und alles andere rutschfest steht. So ist er in der Lage, sich auch mit nur einem Arm autark zu versorgen. Oder Parkinsonpatienten: Für sie besorgt Eva Hartmann besonders schweres Besteck. Damit gelingt es, trotz Tremor alleine zu essen. Das „Selbst machen“ ist also alles andere als eine Sparmaßnahme; vielmehr durchbrechen Ergotherapeuten so den Kreislauf von abnehmenden Aktivitäten und zunehmenden körperlichen Problemen und Verfall.

Das Erreichen von Zielen als stärkstes Zugpferd

„Etwas (wieder) zu können, beflügelt manche regelrecht.“, sagt Eva Hartmann und berichtet von einer Schlaganfallpatientin, die anfangs im Rollstuhl saß und nur noch teilnahmslos nach unten schaute. Nach mehrwöchigem Training konnte sie sich wieder selbst kämmen und zurechtmachen. „Das Erfolgserlebnis, ein gesetztes Ziel zu erreichen, hat ein solches Hochgefühl und Lebensfreude bei ihr ausgelöst, dass sie wieder anfang zu lachen und mit den anderen Bewohnern zu sprechen.“, zeigt Eva Hartmann, wie die ergotherapeutische Vorgehensweise die Heimbewohner verwandeln kann. Selbst bei Patienten, die eine schlechte Perspektive haben, gelingt es Ergotherapeuten, die Lebensqualität zu verbessern. So haben viele Heimbewohner Schwierigkeiten mit dem Schlucken, werden dann über Sondennahrung versorgt. Das ist die gängige Praxis. Die Ergotherapeutin Hartmann hingegen setzt in einem solchen Fall zügig mit Übungen für den Oraltrakt an. Die basale Stimulation in den Wohnbereichen tut ein Übriges: Denn dort wird Kaffee gekocht, Brot getoastet, Kuchen gebacken. Solche Düfte regen die Sinne aller Bewohner an und lässt auch bei denen mit Schluckproblemen erwünschtermaßen das Wasser im Munde zusammenlaufen.

Messbare und fühlbare Verbesserungen

Die Statistik bestätigt die Sinnhaftigkeit der ergotherapeutischen Maßnahmen. In dem Pflegeheim, in dem Eva Hartmann arbeitet, gibt es beispielsweise immer seltener Sondennahrung. In der Summe sind es jedoch nicht nur die Zahlen, sondern mehr noch die Wahrnehmung, die die Qualität einer Pflegeeinrichtung ausmachen. Viele Details, Dinge, die einzeln betrachtet wie eine Kleinigkeit aussehen, bewirken, dass das Leben im Heim sich gut anfühlt, Lebensqualität da ist. Und daran sind Ergotherapeuten maßgeblich beteiligt.

Weitergehende Informationen finden Interessierte auf der Homepage des DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) www.dve.info. Informationsmaterial, auch zu den weiteren Behandlungsfeldern der Ergotherapie, gibt es bei den Ergotherapeuten vor Ort; diese sind über die Therapeutensuche im Navigationspunkt „Service“ ebenfalls auf www.dve.info zu finden.



Im Heim leben und trotzdem lachen? Ergotherapeuten kümmern sich um viele Belange, die in Pflegeeinrichtungen eine Rolle spielen wie: Beweglichkeit, Einsatz von Hilfsmitteln aber auch Motivation und Lebensqualität. (© DVE)



Beileibe keine Sparmaßnahme! Ergotherapeuten handeln nach dem Grundsatz: die Selbstständigkeit erhalten. Sie ermuntern Heimbewohner unermüdlich, so oft und so lange wie möglich selbst aktiv zu sein. (© DVE)



Eva Hartmann ist Diplom-Ergotherapeutin (FH), arbeitet in einem Heim und hält regelmäßig Fortbildungen zum Thema „Ergotherapie in Pflegeeinrichtungen“. (© DVE)

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