

## Fakten zur Ergotherapie

Für die Ergotherapie benötigen Sie eine Verordnung Ihres Arztes oder Ihrer Ärztin. Diese können Sie auch dabei unterstützen, eine ErgotherapeutIn in Ihrer Nähe zu finden. Üblicherweise umfasst die erste Verordnung 10 Behandlungseinheiten. Eine Therapieeinheit dauert zwischen 30 und 60 Minuten.

Die Therapie erfolgt meist in Ihrem gewohnten Umfeld. Informationen zu Kostenzuschüssen bzw. Kostenübernahme erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Weitere Informationen zur Ergotherapie und eine Liste freiberuflich tätiger ErgotherapeutInnen finden Sie auf der Website von Ergotherapie Austria  
[www.ergotherapie.at](http://www.ergotherapie.at), Tel. +43/ (0)1/ 895 54 76  
E-Mail: [office@ergotherapie.at](mailto:office@ergotherapie.at)



## Impressum

### Herausgeber, Medieninhaber und Hersteller:

Ergotherapie Austria, Bundesverband der Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten Österreichs,  
Holzmeistergasse 7-9, 1210 Wien

### Autorinnen:

J. Fischer, K. Gatas und I. Schraick  
(im Rahmen eines Bachelor-Projektes an der  
FH Wiener Neustadt im Jahr 2013)

### Überarbeitung:

E. Cortolezis, H. Fabianits und U. Selzer-Haslauer

Wien, im Juli 2017 (Nachdruck)



## Hilfsmittelversorgung

Um gewohnte Alltagsaktivitäten weiterhin durchführen zu können, kann eine Versorgung mit Hilfsmitteln sinnvoll sein.

ErgotherapeutInnen beraten Betroffene und Angehörige in der Wahl der geeigneten Hilfsmittel und trainieren die richtige Handhabung.

## Franz H., 71 Jahre

Demenz im Anfangsstadium

*„Seit ich die Diagnose bekommen habe, bin ich oft unsicher und zweifle an mir selbst und meinen Fähigkeiten. Die Ergotherapeutin klärte mich über vieles auf und half mir so besser mit meiner Diagnose umgehen zu können. Sie hatte auch einige Tipps und Erinnerungshilfen auf Lager und ich finde mich in meinem Tagesablauf wieder besser zurecht. Ich habe an Sicherheit gewonnen und wohne nun weiter zu Hause. Mein Sohn besucht mich zwei Mal die Woche und geht mit mir einkaufen. Ich traue mich nun wieder, das zu machen was mir Spaß macht und wenn etwas nicht so gut gelingt, weiß ich wo ich mir Hilfe holen kann.“*



## Beratung und Information

Großes Gewicht legt die Ergotherapie auch auf die Entlastung der Angehörigen. Wenn Menschen an einer Demenz erkranken, ziehen sie sich schrittweise in ihre eigene Welt zurück. Grenzen von Zeit und Raum gelten nicht mehr auf die gleiche Weise wie zuvor. Dies führt zu Verhaltensweisen, die von den Angehörigen oft als verstörend empfunden werden und die Kommunikation erschweren.



Ergotherapie hilft Veränderungen im Verhalten Demenzerkrankter besser zu verstehen, sie zeigt Möglichkeiten auf, erfolgreich zu kommunizieren und die gemeinsame Zeit zufriedenstellend zu gestalten.

Bei fortschreitender Erkrankung kommt es zu einer veränderten Wahrnehmung des eigenen Körpers und der Umgebung. Durch die Ergotherapie wird die Wahrnehmungsfähigkeit erhalten. Dadurch können Betroffene auch weiterhin ein selbstständiges Leben führen.

Die abgebildeten Personen haben sich freundlicherweise für Fotos zur Verfügung gestellt. Sie sind nicht mit den KlientInnen der Fallgeschichten ident. Sämtliche Formulierungen gelten für beide Geschlechter.



# Ergotherapie bei Demenz

## Ergotherapie

Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen dabei, ihr Leben aktiv zu gestalten. Auch Menschen mit Einschränkungen haben das Bedürfnis sich als Teil der Gesellschaft zu fühlen und weitgehend autonom zu handeln.

ErgotherapeutInnen helfen Menschen mit Demenz ihr menschliches Grundbedürfnis nach Handeln und Teilhabe an der Gesellschaft zu erfüllen.

Sie unterstützen dabei, den Alltag so zu gestalten, dass dieser trotz einer Demenzerkrankung gut lebbar ist.

Der Betroffene in seiner gewohnten Umgebung steht im Mittelpunkt der Therapie.

Menschen mit Demenz und deren Angehörige stehen vielen Herausforderungen gegenüber. Ergotherapie leistet einen Beitrag, diese zu überwinden.



## Ergotherapie hilft ...

- den Alltag zu bewältigen
- besser mit der veränderten Situation zurechtzukommen
- die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen zu steigern

## Was verändert sich?

Aufgrund der Demenz kann es zu Problemen in ganz alltäglichen Situationen kommen.

Themen wie

- Sicherheit (Autofahren, Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel, Küche...)
- Kontakte aufrecht halten
- Umgang mit Geld
- den Haushalt führen
- Freizeitgestaltung
- sich waschen und anziehen
- Essen
- Toilettengang

können schwierig werden.

Ergotherapie setzt gezielt an diesen Punkten an und erarbeitet gemeinsam mit Betroffenen und Angehörigen Lösungen.



## Tochter von Inge A., 85 Jahre

Demenz-Betroffene, mittleres Stadium



*„Meine Mutter hat die meiste Zeit nur mehr vor dem Fernseher verbracht und man konnte ihr nichts mehr rechtmachen. Sie ist nicht mehr so mobil und ich hatte immer Angst, dass sie stürzt, deshalb hatte ich mittlerweile schon das Duschen und Anziehen für sie übernommen. Seit die Ergotherapeutin mich angeleitet hat wie ich meine Mutter unterstützen kann, sodass sie sich zum Teil auch alleine anziehen und duschen kann, scheint sie wieder etwas mehr Lebensfreude zu haben. Sie geht sogar wieder zum Nachbarstratsch, das hat sie früher immer gemacht. Wir haben auch ein paar Kleinigkeiten zu Hause verändert. Ich bin jetzt etwas mehr entlastet und mache mir auch nicht so viele Sorgen, weil ich sehe dass meine Mutter das Leben wieder mehr genießen kann.“*

## Tagesstruktur

In der Ergotherapie wird eine geordnete Tagesstruktur erarbeitet, um so zu einem besseren Rhythmus zwischen Aktivität und Ruhe zu gelangen.

Tätigkeiten, die für Erkrankte wichtig sind und Freude machen, werden so gestaltet, dass diese ohne Hilfe bzw. mit Unterstützung erfolgreich durchgeführt werden können. Dadurch gewinnen Betroffene wieder an Lebensfreude.

## Wohnungsanpassung

Durch die abnehmende Orientierung im Krankheitsverlauf kann eine Anpassung der Wohnumgebung notwendig werden. So können z.B. Orientierungshilfen angebracht oder überflüssige bzw. irritierende Gegenstände entfernt werden.

Unfälle, insbesondere Stürze, können vermieden und ausreichender Bewegungsraum geschaffen werden.



## Gedächtnistraining

Mit Fortschreiten der Erkrankung kommt es zu Einbußen des Gedächtnisses.

Techniken, die dazu beitragen sich im Alltag trotz schwindender Fähigkeiten zurechtzufinden, werden in der Ergotherapie erlernt.

Spezielle Trainings und Programme, aber auch gezielt durchgeführte Aktivitäten, fördern die Gedächtnisleistung.