



Hilfsmittelversorgung in der Ergotherapie

Ergotherapie

ergon (griechisch) = Werk

Handlung

Tat

Arbeitsleistung

Definition



Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt oder von Einschränkung bedroht sind.

(Deutscher Verband der Ergotherapeuten 2010)

Ziel

Ziel ist, sie bei der Durchführung von Betätigungen in den Bereichen **Selbstversorgung Produktivität Freizeit** in ihrer persönlichen Umwelt zu stärken.

(Deutscher Verband der Ergotherapeuten 2010)

Geschichte der Ergotherapie

Früher: „Motivierend“

- Verbesserung/Erhalt der Arbeitsfähigkeit
- Produktivität
- Förderung des Selbstwertgefühls



Geschichte der Ergotherapie

Heute : „Handlungsorientiert“

- Handlungsfähigkeit im Alltag
- Klientenzentrierung
- Gesellschaftliche Teilhabe
- Verbesserung der Lebensqualität



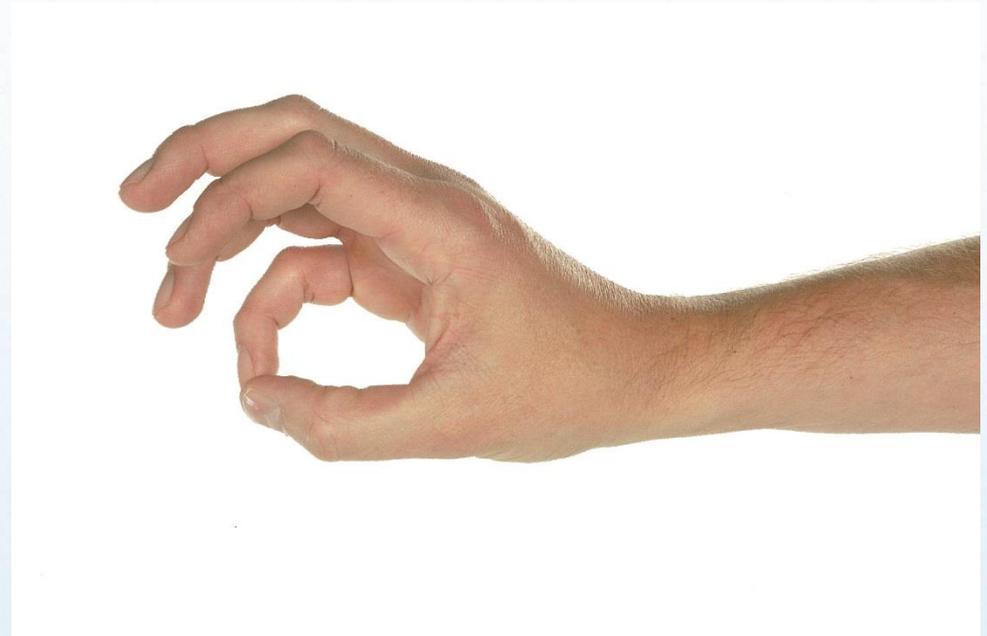
Ergotherapie

Förderung der
Arm- und
Handmotorik
um die
Greiffunktionen
der Hände zu
erhalten.



Ergotherapie

Feinmotorik-
training



Zum Erhalt der Gelenkbeweglichkeit und Feinmotorik können Sie folgende Übungen ein paar Mal über den Tag verteilt durchführen:

1. Reiben Sie die Hände, wie beim Händewaschen!



2. Falten Sie die Hände!



3. Falten Sie die Hände um, indem Sie jeden Finger einen Platz weiter setzen, bis die Hände wieder gefaltet sind!



4. Drehen Sie die Daumen gegeneinander in beide Richtungen! Die Daumen haben dabei immer Kontakt zueinander. Drücken Sie die Daumen in allen vier Richtungen leicht gegeneinander!



5. Bringen Sie Daumen und jede Fingerspitze nacheinander zusammen (Spitzgriff)! Und öffnen Sie nach jedem Spitzgriff die Hand!



6. Strecken Sie die Finger und bewegen Sie den Daumen zu jedem einzelnen Finger!



7. Wechseln Sie zwischen:

- gestreckten Fingern



- kleiner Faust



- und großer Faust



8. Beugen Sie die gestreckten Finger im Grundgelenk rechtwinklig an!



Ergotherapie

Sensibilitäts-
training

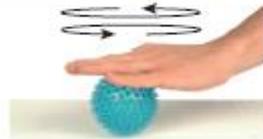


Zum Erhalt der Gelenkbeweglichkeit und Feinmotorik können Sie folgende Übungen mit Ihrem Igelball durchführen:

1. Rollen sie den Igelball über den Tisch von der einen in die andere Hand!



2. Rollen sie den Igelball auf dem Tisch im Kreis, so dass die komplette Hand eingesetzt wird!



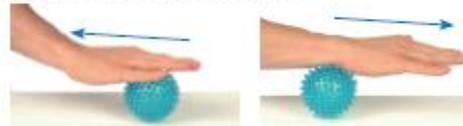
3. Legen sie den Handrücken auf den Tisch und keisen Sie die Innenfläche mit dem Igelball ab!



4. Rollen sie den Igelball zwischen ihren Händen und bewegen dabei beide Hände in gleichem Ausmaß!



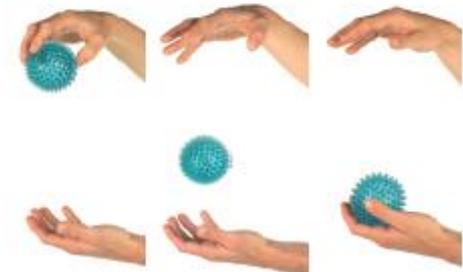
5. Legen sie die Hand flach auf den Ball, rollen bis zum Unterarm und wieder zurück!



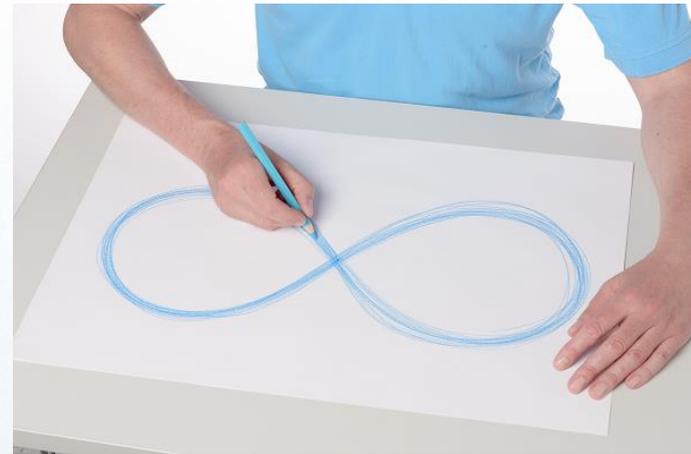
6. Halten sie den Igelball zwischen ihren Fingerspitzen und übergeben ihn unter großen Drehbewegungen in die andere Hand!



7. Lassen sie den Igelball aus geringer Höhe von der einen in die andere Hand fallen!



Ergotherapie



Schreibtraining



Übungen

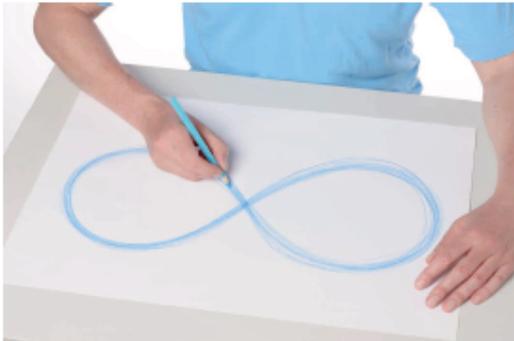
Zur Lockerung von Schultergürtel und Arm:

- heben und senken Sie den Schultergürtel
- kreisen Sie die Schultern nach Hinten
- pendeln sie locker mit den Armen



Um den Schreibrhythmus vorzubereiten zeichnen Sie schwungvoll große „Liegende Achten“

- mit dem Finger in die Luft und auf den Tisch
- mit einem weichen Stift auf einer großen Schreibunterlage



Übungen

Zur Lockerung der Finger:

- machen Sie eine Faust
- öffnen und spreizen sie die Finger



- bewegen Sie den Stift leicht und spielerisch zwischen den Fingern, um das Stiftgefühl zu verbessern



Schraffierungen für den lockeren Schreibrhythmus

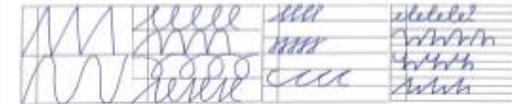
- Bei der ersten Übung werden kurze, leichte Striche möglichst schnell nebeneinander gesetzt (Schraffur), um eine Bewegung im Handgelenk zu erzeugen.
- Die zweite Übung ist für die Bewegung der Finger gedacht. Hier sollen möglichst schnell Kringel nebeneinander entstehen.



Übungen

Schreibrhythmusübungen

- Verwenden Sie liniertes Papier um das Einhalten der Schriftgröße zu erleichtern.
- Verkleinern Sie die Zeilenabstände um die normale Schriftgröße zu erreichen.



Hilfsmittel

- Schreiblernstifte aus dem Schreibwarenbedarf mit vorgeformten Griffmulden, Dreiecksgriffen und Gummierung erleichtern die Stifthaltung.
- Darüber hinaus können auch aufsteckbare Stiftverdickungen das Schreiben mit vorhandenen Stiften erleichtern.



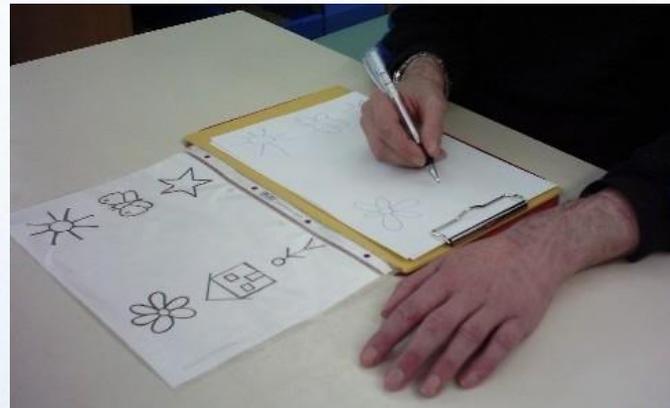
Ergotherapie

Spiegeltherapie



Ergotherapie

Hirnleistungs-
training



Ergotherapie

Selbsthilfetraining



Alltagshilfen

–Kleine Helfer im Alltag–

Moderne Hilfsmittel haben in den letzten Jahrzehnten das Leben leichter gemacht. Sie erleichtern bzw. ermöglichen das selbständige Durchführen von Tätigkeiten wie An- und Ausziehen, Essen und Trinken, Greifen, Kochen und Körperpflege.

1. Verlängerungen

- Vergrößerung des Aktionsradius bei Bewegungseinschränkung
- Verbesserung der Kraftübertragung durch längeren Hebel
- Gelenkschutz

2. Verdickungen

- Verbesserung der Greifkraft
- Ermöglichung des Greifens bei Bewegungseinschränkung
- Gelenkschutz

3. Rutschfeste Materialien

- Verbesserung der Kraft-übertragung
- Einhändiges Arbeiten
- Gelenkschutz

4. Fixierungen

- Einhändiges Arbeiten
- Sicherer Halt
- Gelenkschutz

Alltagshilfen

Weitere Information:

www.alltagshilfen.de/

www.rheuma-liga-nrw.de/

www.dgm.org/

<https://www.online-wohn-beratung.de>

<https://shop.thomashilfen.de/>

www.rehadat-hilfsmittel.de

Das Portal REHADAT-Hilfsmittel informiert über Hilfsmittel und Hilfsmittelversorgung für Menschen mit Behinderung oder mit gesundheitlichen Einschränkungen.

Die Hilfsmittel sind nach Bereichen wie Arbeitsplatz, Mobilität, Haushalt oder Kommunikation gruppiert und detailliert beschrieben.

www.rehadat-hilfsmittel.de

Es werden Produktmerkmale, Hersteller- und Vertriebsadressen genannt.

Gerichtsurteile (z.B. zur Kostenübernahme),
Literatur (z.B. Testberichte)
Praxisbeispiele und Adressen
(z. B. Beratungsstellen)
ergänzen die Produktbeschreibungen.