ergotherapie austria

Ergotherapie für Menschen mit Demenz

Bundesverband der Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten Österreichs

Ein Fallbeispiel

Tochter von Traude

Traude ist 85 Jahre alt und von Demenz im mittleren Stadium betroffen.

„Meine Mutter hat die meiste Zeit nur mehr vor dem Fernseher verbracht und man konnte ihr nichts mehr rechtmachen. Sie war plötzlich 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 und in ihrem Alltag sicherer ist.“

Die abgebildeten Personen stehen in keinerlei Zusammenhang mit den Fallgeschichten.

Was verändert sich?

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

Folgende Betätigungen können schwierig werden (Beispiele):

- den Haushalt führen
- kochen
- essen
- sich waschen und anziehen
- die Toilette benutzen
- Auto fahren
- öffentliche Verkehrsmittel benutzen
- Kontakte aufrecht halten
- mit Geld umgehen
- Erholungsphasen gestalten
- einer vertrauten Betätigung oder anderen Beschäftigungen nachgehen, die als sinnvoll oder angenehm erlebt werden

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

Hilfsmittelversorgung

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

Ergotherapeut*innen beraten Betroffene und Angehörige in der Wahl der geeigneten Hilfsmittel und trainieren die richtige Handhabung.

Ein Fallbeispiel

Franz H.

Franz H. ist 71 Jahre alt und von Demenz im Anfangsstadium betroffen.

„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.“

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 wenn möglich selbstständig, andernfalls mit so wenig Unterstützung wie möglich – aber so viel wie nötig – durchgeführt werden können.

Wohnungsanpassung

Durch die abnehmende Orientierung im Krankheitsverlauf kann eine Anpassung der Wohnumgebung notwendig werden.

Ergotherapeut*innen evaluieren, wo zum Beispiel Orientierungshilfen angebracht werden oder welche ablenkenden und sicherheitsgefährdenden Gegenstände entfernt werden sollen.

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

Gedächtnistraining

Mit fortschreitender Erkrankung kommt es zu immer mehr Einbußen des Gedächtnisses. In der Ergotherapie werden Techniken und Strategien erworben, die dazu beitragen, sich im Alltag trotz schwindender Fähigkeiten zurechtzufinden.

Gezielt durchgeführte Alltagsaktivitäten ebenso wie punktuell eingesetzte Trainingsprogramme fördern die Gedächtnisleistung.

Beratung und Information

Großes Gewicht legt die Ergotherapie auch auf die Entlastung der Angehörigen. Im Laufe einer Demenzerkrankung kann es zu Verhaltensweisen kommen, die schwer zu verstehen sind und die die Kommunikation erschweren.

Ergotherapie hilft, solche Veränderungen besser zu verstehen und Möglichkeiten zu finden, erfolgreich zu kommunizieren und die gemeinsame Zeit zufriedenstellend zu gestalten.

Körperliche Veränderungen

Mit Fortschreiten der Erkrankung kommt es zu einer veränderten Wahrnehmung des eigenen Körpers und der Umgebung. Das führt oft zu Stress, Angst und Abwehrverhalten.

Um diese hinderlichen Reaktionen abzumildern, fördern Ergotherapeut*innen bei demenzerkrankten Menschen die Sinneswahrnehmung und das Gefühl für den eigenen Körper. Das allgemeine Wohlbefinden der betroffenen Menschen bessert sich wieder.

Ergotherapie

Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen dabei, ihr Leben aktiv zu gestalten. Auch Menschen mit einer Demenzerkrankung haben das Bedürfnis, sich weiterhin als Teil der Gesellschaft zu fühlen, an ihr teilzuhaben und soweit wie möglich autonom zu handeln.

Ergotherapeut*innen unterstützen dabei, den Alltag so zu gestalten, dass dieser trotz einer Demenzerkrankung so selbstständig und erfolgreich wie möglich gelebt werden kann. Die betroffene Person in der gewohnten Umgebung steht im Mittelpunkt der Therapie.

Ergotherapie ist in jeder Phase der Erkrankung sinnvoll und kann dazu beitragen, länger im häuslichen Umfeld zu bleiben.

Ergotherapie hilft...

- den Alltag zu bewältigen
- besser mit veränderten Situationen zurechtzukommen
- die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen zu steigern
- Teilhabe an der Gesellschaft beizubehalten

Gut zu wissen

Die Ergotherapie erfolgt meist in Ihrem gewohnten Umfeld. Sie benötigen eine ärztliche Verordnung. Die Dauer und Frequenz der Therapie wird individuell angepasst. Informationen zur Kostenübernahme durch die Kasse oder einer Kostenerstattung erhalten Sie bei Ihrer*m Ergotherapeut*in bzw. Ihrer Krankenkasse.

Einige Kassen führen eine Liste von selbstständig tätigen Vertrags-bzw. Wahlergotherapeut*innen.

Weitere Informationen zur Ergotherapie sowie die Therapeut*innensuche finden Sie auf der Website von Ergotherapie Austria.

ergotherapie austria

Impressum

Herausgeber, Medieninhaber und Hersteller:

Bundesverband der Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten Österreichs

Holzmeistergasse 7-9/2/1, 1210 Wien
Tel: 0043-(0)1-895 5476
Mobil: 0043- (0)664- 8851 4844
Fax: 0043-1-897 43 58
E-Mail: office@ergotherapie.at

www.ergotherapie.at

Wien, 2025