

# Wann Ergotherapie unterstützen kann

Bei Rückenschmerzen, nach Schlaganfällen, aber auch bei Kindern wirkt Ergotherapie oft sehr gut. Eine Expertin erklärt im Interview die Gründe.

STEFAN VEIGL

Wie wirkt Ergotherapie? Bei welchen Problemen ist sie angeraten? Das erklärt Angela Seyss-Inquart: Sie ist seit Mai Vorstandsmitglied im Bundesverband Ergotherapie Austria (3000 Mitglieder) und war davor im Verband elf Jahre lang als Landeskoordinatorin für Salzburg tätig.

## SN: Was ist Ergotherapie genau und wie unterscheidet sie sich von der Physiotherapie?

Angela Seyss-Inquart: Wir Ergotherapeuten haben einen ganzheitlichen Blickwinkel. Wir schauen: Wer kommt zu uns in die Therapie? Welche verlorenen Fähigkeiten möchten die Leute nach der Therapie wiedererlangen, was ist ihr Ziel? Und wie sieht ihre Umgebung aus? Welche betätigungsvolle Aktivität möchte der Klient oder die Klientin wieder ausüben? Ergotherapie hilft also in vielen Lebenslagen. Wir sind als Berufsgruppe, ebenso wie die Physiotherapie, mit einem eigenen Gesetz geregelt; gemeinsam haben wir aber, dass wir als medizinisch-therapeutisch-diagnostische Berufe gelten, uns aber als Fächer gut ergänzen.

## SN: Unter anderem wird Ergotherapie bei Rückenschmerzen eingesetzt. Wie gehen Sie hier vor?

Zunächst sehen wir uns an, bei welchen Aktivitäten der Rücken Schwierigkeiten macht und wo Schmerzen auftreten. Als Nächstes untersuchen wir, was man an der Umwelt des Klienten verändern kann. Wenn etwa jemand sagt, er oder sie möchte wieder mit den Enkelkindern spielen können, und das bereitet Schmerzen; dann überlegen wir: Wie kann diese körperliche Aktivität beim Spielen vielleicht verändert werden? Wie kann die Umgebung verändert werden? Oder was muss der oder die Betroffene auch als Person an sich selber ändern? Das ist unser Zugang.

## SN: Können Sie Beispiele für konkrete Maßnahmen nennen, die hier besonders helfen?

Wenn etwa bei einem älteren Menschen das Kochen zu Hause Schwierigkeiten bereitet, kann man schauen, wie man die Küche anders einrichten kann, damit nicht die schwersten Töpfe an der blödesten Stelle stehen. Da hilft oft ein Blick von außen. Ein anderes Beispiel ist eine spezielle Therapieform na-



Angela Seyss-Inquart ist in der Uniklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in Salzburg tätig.

## Veranstaltung im SN-Saal

Im Zuge der Reihe „Meine Gesundheit“ referiert Angela Seyss-Inquart am Mittwoch, dem 10. September, ab 19 Uhr im SN-Saal. Dabei wird sie auch auf das ergonomische Sitzen eingehen sowie die Frage, wie Ergotherapie bei Demenz, Depression und anderen psychiatrischen Erkrankungen hilft.

Wer bei dem Abend dabei sein will, sollte sich auf [www.sn.at/reservierung](http://www.sn.at/reservierung) kostenlos anmelden. Parallel wird der Abend auf [www.sn.at/live](http://www.sn.at/live) via Stream übertragen.

### Mehr Wissen mit SN Plus

Die Langversion des Interviews finden Sie online unter [www.sn.at/wissen](http://www.sn.at/wissen)



mens Pacing, die bei chronischen Schmerzen angewendet wird, aber auch bei chronischen Fatigue-Syndromen. So kann man ausloten: Wo ist meine Grenze? Wie weit kann ich gehen in der Belastbarkeit? Wann muss ich Pausen machen? Und wie kann ich mir die Aktivität einteilen, ohne dass sofort Schmerzen auftreten?

## SN: Auch nach physischen Verletzungen kommt Ergotherapie zum Einsatz. Können Sie hier ein Beispiel nennen?

Ja, es gibt hier ganz unterschiedliche Möglichkeiten. Ein Fokus liegt auf Handverletzungen. Aber im Grunde hilft Ergotherapie auch bei jeder anderen Verletzung, durch die Menschen in ihrer Betätigung eingeschränkt werden. Aber: Bei der Ergotherapie geht es hier weniger um Techniken, die man etwa bei der Physiotherapie anwendet, um wieder beweglich zu werden. Wir schauen nach einer Handverletzung eher, welche Aktivitäten die betroffene Person nach der Gesundung wieder mit der Hand machen möchte. Und was braucht die Person, um die Aktivität wieder durchführen zu können? Wo Ergotherapie weiters sehr

hilfreich ist, ist nach einem Schlaganfall. In diesen Fällen machen wir auch oft Hausbesuche und sehen uns an, was die Person trotz derzeitiger Einschränkungen wieder können möchte im Alltag – etwa kochen. Da ist die Frage: Braucht es dazu Hilfsmittel? Muss man die Fähigkeiten einer Hand wieder trainieren? Oder braucht es eine Unterstützungsperson?

## SN: Zudem ist Ergotherapie bei Kindern oft hilfreich. Warum speziell bei dieser Zielgruppe?

Kinder haben auch ihren Alltag; der ist oft von Kindergarten oder Schule geprägt. Dabei gibt es auch Aktivitäten, die sie machen müssen – und wo sie vielleicht Schwierigkeiten haben; in der Schule sind das etwa oft Schreiben, Konzentrieren und Aufmerksamkeit. Ergotherapie hilft hier speziell dann, wenn Kinder etwas nicht mehr machen können, was sie aber unbedingt machen wollen oder machen müssen. Da geht es einerseits um motorische Schwierigkeiten wie beispielsweise beim Schreiben oder beim Turnen. Aber wir Ergotherapeutinnen schauen andererseits auch auf das Ganzheitliche.