

Inhalt

A Die Rehabilitation

1	Die häufigsten Schwierigkeiten halbseiten- gelähmter Menschen	5
2	Das Bobath-Konzept	7
	Wie können wir das Bobath-Konzept und andere Methoden in den Alltag einbeziehen?.....	8
3	Der gemeinsame Weg	11
3.1	Wir Betroffenen	11
3.2	Was können wir Betroffenen konkret zur Rehabili- tation beitragen und welche besonderen Wünsche haben wir?	11
3.3	Wir Angehörigen	12
3.4	Dienstleistungsangebote nutzen	12
3.5	Das gemeinsame Leben positiv gestalten	12
4	Die Angehörigen in die Rehabilitation einbeziehen.....	15
5	Die ärztliche Betreuung.....	17
	<i>Dr. med. Martin Rutz</i>	
5.1	Medizinische Aspekte des Hirnschlages	18
	Definition und Epidemiologie/Häufigkeit	18
	Ursachen	18
	Ischämischer Verschluss (Thrombose, Embolie).....	18
	Blutungen	18
	Krankheitszeichen.....	18
	Warnzeichen eines drohenden Hirnschlages	18
	Der ausgebildete Hirnschlag.....	19
	Allgemeine Auswirkungen	19
	Klinisch-neurologische Symptome nach Durchblutung und Lokalisation	19
	Behandlungsrichtlinien.....	19
	Risikofaktoren.....	20
	Unvermeidbare Risikofaktoren.....	20
	Beeinflussbare Risikofaktoren.....	20
	Vermeidbare Risikofaktoren	20
	Medizinische Probleme im Krankheitsverlauf.....	21
	Allgemeine medizinische Komplikationen	21
	Spastizität.....	21
	Epileptische Anfälle	21
	Depression.....	21
	Andere seelische Reaktionen	22
6	Therapeutische Pflege	23
	<i>Margrit Wipf</i>	
6.1	Akutversorgung.....	24
6.2	Fördern, Unterstützen, Begleiten, Beraten und Schulen des Patienten	25
	Sich sicher fühlen und verhalten	25

	Sich bewegen	25
	Sich waschen und kleiden	26
	Essen und Trinken	26
	Ausscheiden	26
	Ruhen und Schlafen	26
	Kommunizieren	26
	Atmen	26
	Körpertemperatur regulieren	27
	Sich beschäftigen	27
	Sich als Mann oder Frau fühlen	27
	Sinn finden	27
7	Physiotherapie	29
7.1	Einige Schwerpunkte der physiotherapeutischen Behandlung und ihre Beziehung zum Alltag des Halbseitengelähmten	30
	Beispiele für die Förderung von Funktionen im Alltag ...	31
7.2	Beweglichkeit erhalten: ein Beispiel	34
	Einige Ideen für Bewegungsabfolgen	34
	Rückenlage	34
	Vorbeugen von Steifigkeit im Schultergelenk und Erhalten der vollen Beweglichkeit (wenn keine Schulerprobleme bestehen)	35
	Im Sitzen	36
	Lockerung der verkraмпften Rückenmuskulatur	36
	Lockerung der verkraмпften Rumpf- und Armmuskulatur	36
	Erhaltung der vollständigen Hand- und Fingerbewegung	37
8	Ergotherapie	39
	<i>Ursula Kleinschmidt</i>	
8.1	Schwerpunkte der ergotherapeutischen Behandlung ...	40
	Bewegung	40
	Hirnleistung	41
	Wahrnehmung	42
	Selbsthilfe	43
	Haushalt	44
	Hilfsmittel	45
	Freizeit	45
9	Sprache – mehr als Verstehen und Sprechen	47
	<i>Marlise Müller</i>	
9.1	Aphasie	47
9.2	Sprachtherapie	48
9.3	Umgang mit verschiedenen Sprachschwächen	48
	Das Sprachverständnis ist eingeschränkt	48
	Das Sprechen bereitet Mühe	49
	Das Sprechen ist überschießend und unkontrolliert	49
	Lesen und Schreiben sind beeinträchtigt	49
	Die Stimmung des Betroffenen ist verändert	49
	Konzentration und Ausdauer haben nachgelassen	49

10	Therapeutisches Führen bei Wahrnehmungsstörungen	51
	<i>Margot Burchert</i>	
	Was ist anders?	51
	Warum haben hemiplegische Erwachsene oft Mühe, alltägliche Tätigkeiten zu bewältigen – obwohl sie doch das Problem sehen und obwohl sie die Anweisungen hören?	51
	Wie können wir diesen Menschen weiterhelfen?	52
11	Neuropsychologie	55
	<i>Marlène Kohenof</i>	
	Krankheitsentwicklung	55
	Neuropsychologische Diagnostik	56
	Neuropsychologische Therapie	56
	Durchführung der Therapie	56
	Therapieziele	58
	Therapiebewertung	58

B Alltag ist Therapie – Therapie ist Alltag

12	Die Begleitung des halbseitengelähmten Menschen und seiner Angehörigen zu Hause	61
13	Das Gelernte in den Alltag übertragen: Carry over ..	71
13.1	Begleitung	71
13.2	Angepasste Hilfe	71
13.3	Raumgestaltung in der Frühphase	72
13.4	Verhalten im Raum	73
14	Lagerung, Bewegung, Haltung	75
	Therapeutische Maßnahmen als Vorbereitung für den Patienten, sich im Bett selbstständig oder mit wenig Hilfe zu bewegen	78
	Zur Seite rutschen mit viel Hilfe	79
	Zur Seite rutschen mit wenig Hilfe	79
	Therapeutische Maßnahmen als Vorbereitung für den Patienten, sich im Bett selbstständig oder mit wenig Hilfe zu bewegen	80
	Drehen zur betroffenen Seite mit viel Hilfe = Integration des Gelernten in den Alltag	80
	Drehen zur gelähmten Seite mit viel Hilfe	81
	Drehen zur gelähmten Seite mit wenig Hilfe = Integration des Gelernten in den Alltag	81
	Schonendes Zurückziehen an den hinteren Bettrand, wenn die Betroffene zu weit vorn liegt	82
	Lagerung auf der gelähmten Seite	83
	Lagerung auf der gelähmten Seite zu Hause	84
	Therapeutische Maßnahmen als Vorbereitung für den Patienten, sich im Bett selbstständig oder mit wenig Hilfe zu bewegen	85
	Drehen zur gesunden Seite mit viel Hilfe	85

Drehen zur gesunden Seite mit wenig Hilfe in der Therapie.....	86
Drehen zur gesunden Seite mit wenig Hilfe im Bett.....	86
Lagerung auf der gesunden Seite = Ruhelagerung.....	87
Auf den Rücken zurückdrehen.....	88
Rückenlage	88
Therapeutische Maßnahmen als Vorbereitung für selbstständige Armbewegungen	90
Therapeutische Maßnahmen als Vorbereitung für den Patienten, sich selbstständig oder mit wenig Hilfe aufzusetzen.....	90
Mit Hilfe nach oben rutschen	90
Sitzhaltung im Bett.....	91
Sitzhaltung im Rollstuhl	91
Therapeutische Maßnahmen zum Wiedererlernen des Aufsetzens und Aufstehens.....	92
Aufsetzen über die gelähmte Seite mit viel Hilfe.....	93
Aufsetzen über die gelähmte Seite mit wenig Hilfe	94
Aufsetzen und Hinlegen über die gelähmte Seite ohne Hilfe.....	95
Eine mögliche therapeutische Maßnahmen als Vorbereitung für den Patienten, sich seitwärts zu bewegen oder vor- und rückwärts	95
Auf der Bettkante sitzend vor- und rückwärts rutschen ..	96
Transfer mit Hilfe.....	96
Transfer ohne Hilfe	96
Eine mögliche therapeutische Maßnahme zur Streckung des Oberkörpers oder um sich nach vorne zu bewegen	97
Transfer mit viel Hilfe.....	98
Transfer mit Hocker und viel Hilfe.....	98
Transfer im Badezimmer vom Rollstuhl aufs WC	99
Transfer vom Bett auf Nachtstuhl	100
Transfer im Stehen	101
Selbstständiger Transfer.....	102
Therapeutische Maßnahmen, um die korrekte stabile Haltung im Sitzen zu stimulieren.....	103
Sitzen im Rollstuhl.....	104
Selbstständiges Rollstuhlfahren.....	104
Korrektes Hinsetzen in den Rollstuhl, wenn der Betroffene immer nach vorne rutscht und in Gefahr ist herauszufallen	105
Korrekte Sitzhaltung auf einem Stuhl	106
Stehen und Gehen wieder erlernen	108
Stehen.....	108
Aufstehen und sich hinsetzen	109
Vorbereitung zum Gehen.....	110
Gehen mit Hilfe	112
Therapeutische Maßnahmen zur Förderung der Koordination der Arm-Hand-Funktionen im Sitzen und im Stehen	113
Korrektes Stehen mit Stimulation von Arm-Hand- Funktionen	114
Treppensteigen	115
Die Treppe hinaufgehen.....	115
Die Treppe hinuntergehen	116

	Auf den Boden hinuntergehen und wieder aufstehen ...	117
	Auf den Boden hinuntergehen mit Hilfe der Therapeutin	118
	Sich auf dem Boden drehen und wieder aufstehen mit Hilfe der Therapeutin	119
	Sich allein auf dem Boden drehen und wieder aufstehen	121
	Sich selbstständig auf dem Boden drehen und mit Hilfe eines Stuhls wieder aufstehen	122
15	Das Gesicht	123
	Häufig beobachtete Probleme im Gesichtsbereich	124
	Gesichtsbehandlung	126
	Gesichtspflege	131
	Essen und Trinken	132
	Probleme beim Essen und Trinken	132
	Hilfestellungen beim Essen und Trinken im Bett	134
	Hilfen beim Essen	135
	Hilfen beim Trinken	137
16	Mundhygiene	139
17	Körperpflege	143
	Sich waschen	144
	Sich waschen am Waschbecken zu Hause mit Hilfestellung der Therapeutin	146
	Duschen oder Baden?	147
	Duschen in der Duschkabine	147
	Duschen in der Badewanne	148
	Wenn der Betroffene selbstständig gehen kann	149
	Baden	150
18	Kleidung	151
	Sich an- und auskleiden	154
	Sich an- und auskleiden mit viel Hilfe	154
	Ankleiden mit wenig oder ohne Hilfe	157
	Selbstständiges Ankleiden der betroffenen Seite	158
	Socken anziehen	158
	Hose anziehen	159
	Schuhe anziehen	160
	Ankleiden der gesunden Seite	161
	Socken anziehen	161
	Hose anziehen	161
	Schuhe anziehen	162
	Hose hochziehen	163
	Offene Kleidungsstücke	163
	Pullover anziehen	164
	Bluse (bzw. Hemd oder eine Jacke) anziehen	166
	Sich auskleiden	167
	Pullover ausziehen	167
	Schuhe und Socken ausziehen	168
	Hose ausziehen	169
	Eine andere Möglichkeit des An- und Auskleidens	172

C Folgeschäden vermeiden

19	Folgeschäden	177
-----------	---------------------------	------------

20	Schulterschmerz	179
	Mögliche Ursachen.....	180
	Vorbeugung und Behandlung	180
	Mögliche Ursachen.....	181
	Vorbeugung und Behandlung	181
	Mögliche Ursachen.....	182
	Vorbeugung und Behandlung	182
21	Schmerzhaft geschwollene Hand	183
	Mögliche Ursachen.....	184
	Vorbeugung und Behandlung	184
	Mögliche Ursachen.....	185
	Vorbeugung und Behandlung	185
	Mögliche Ursachen.....	186
	Vorbeugung und Behandlung	186
	Mögliche Ursachen.....	187
	Vorbeugung und Behandlung	187
22	Muskelverkürzungen und Gelenkversteifungen	189

D Rehabilitation in der Geriatrie und im Pflegeheim

23	Ganzheitliche Betrachtungsweise	193
	<i>Dr. med. Daniel Inglin</i>	
23.1	Einschränkungen	193
	Körperlich.	193
	Seelisch-geistig	193
	Sozial.	194
23.2	Ressourcen	194
23.3	Interdisziplinäres Arbeiten	194
24	Alltag und Therapie in der Geriatrie und im Pflegeheim	197

E Die Probleme von Menschen mit schweren Behinderungen und erschwerte Umstände

25	Die Probleme von Menschen mit schweren Behinderungen	203
	Korrekte Lagerung	204
	Körperpflege im Bett	205
	Transfer.....	206
	Sitzen im Bett zu Hause.....	207

F Hilfsmittel für Menschen mit Hemiplegie

26	Sinn und Zweck des Gebrauchs von Hilfsmitteln ...	211
	Stock	212
	Schuhe	214
	Schienen.....	214
	Andere Hilfsmittel.....	214

G Schlusswort

H Anhang

27	Literatur	223
	Fachbücher	223
	Ratgeber	223
	Belletristik	223
28	Glossar	225
29	Wichtige Adressen	229
	Deutschland	229
	Österreich	230
	Schweiz	230