

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 Rehabilitation 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..... <i>Dr. med. Martin Rutz</i>	17
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
Locke rung der verkrampften Rückenmuskulatur	36
Locke rung der verkrampften 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 Cohenof</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
19 Folgeschäden	177

C Folgeschäden vermeiden

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	Schmerhaft 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