

**STARK
MIT MS**

Reha bei MS

Ein umfangreiches
Therapieangebot



Individuell – multiprofessionell – nachhaltig

Liebe Leserin, lieber Leser,

Was bringt mir persönlich ein Reha-Aufenthalt? Was ist der Unterschied zwischen Physiotherapie und Ergotherapie? Mit diesen und weiteren Fragen im Gepäck sind wir in das Reha-Zentrum Münster nach Tirol gefahren. Hier hat uns das multiprofessionelle Team diese und noch viele weitere Fragen beantwortet und uns einen Einblick in den Alltag in einem Reha-Zentrum gegeben.

Überzeugen Sie sich selbst, wie Sie von einem Reha-Aufenthalt profitieren können bzw. wie Sie Ihren Angehörigen bei und vor allem auch nach einem Aufenthalt in einem Reha-Zentrum unterstützen können.

Ihr Stark mit MS-Team

Inhalt

Reha-Zentrum mit MS-Schwerpunkt stellt sich vor	4
Welches Therapieangebot bietet das Reha-Zentrum Münster für MS-Patienten?	7
Was sollten MS-Patienten zum Thema Reha wissen?	8
Wie kann sich der Patient selbst bei der Reha einbringen?	10
Wie wichtig ist Bewegung in der MS-Therapie?	11
Physiotherapie: Was ist das?	12
Was wird dem MS-Patienten im Rahmen der Physiotherapie vermittelt?	14
Ergotherapie: Was ist das?	15
Wie kann Ergotherapie bei Begleiterscheinungen der Multiplen Sklerose wie Fatigue helfen?	16
Logopädie bei MS: Was ist das?	17
Wie kann die Logopädie den MS-Patienten unterstützen?	19
Was möchten Sie MS-Patienten mit auf den Weg geben?	20

Reha-Zentrum mit MS-Schwerpunkt stellt sich vor

Prim. Univ.-Doz. Dr. Christian Brenneis, Neurologe und Ärztlicher Direktor bietet Einblicke in das Reha-Zentrum Münster (Tirol), dessen Schwerpunkt die Betreuung von Menschen mit Multipler Sklerose ist.

Was muss ich machen, um auf Reha fahren zu können? Was erwartet mich dort? Wie kann mich ein Reha-Aufenthalt in der Bewältigung meines Alltages unterstützen? Viele Fragen, die uns der Ärztliche Direktor vom Reha-Zentrum Münster bei einem Rundgang durch das Haus beantwortet hat.

„Am einfachsten ist es, den Reha-Antrag gemeinsam mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt zu stellen und zur jeweiligen Sozialversicherung zu schicken“, informiert Dr. Brenneis. „Die Kosten werden übernommen. Gegebenenfalls muss noch ein kleiner Selbstbehalt bezahlt werden.“

» ***Der Besuch eines Reha-Zentrums beginnt mit Stellen eines Reha-Antrages beim behandelnden Arzt.***

Wer im Reha-Zentrum Münster ankommt, wird hier herzlich begrüßt. Die umgebende Natur ist beeindruckend, die Räumlichkeiten modern und hell und die Mitarbeiter sehr freundlich und bemüht.

Hier wird der MS-Patient als Teil des interdisziplinären Teams gesehen. Und das bedeutet, dass man mit dem Patienten schon beim Aufnahme-gespräch gemeinsam die Zielsetzung formu-

liert. Wobei MS-Patienten selbst ein hohes Maß an Eigenverantwortung tragen. „Uns ist wichtig, dass den Patienten bewusst wird, in welchen Bereichen ihres Lebens sie Hindernisse haben, um das Leben erfüllt und zufrieden leben zu können“, klärt Dr. Brenneis auf.

» ***Im Aufnahmegespräch wird gemeinsam mit dem MS-Patienten – als Teil des multiprofessionellen Teams – die Zielsetzung definiert.***

Möglichst selbstständig am Leben teilhaben: Das ist das große Ziel, wenn es um Rehabilitation geht. Aus diesem Grund ist das Reha-Team bemüht, MS-Patienten mit den Stärken aller einzelnen Berufsgruppen in einer multiprofessionellen Therapie zu unterstützen.

Je nachdem welche Beschwerden der Patient hat, in welchem Krankheitsverlauf bzw. Krankheitsstadium er sich befindet, reicht das Therapieangebot von medikamentöser Unterstützung über nicht medikamentöse Verfahren bis hin zu einer neuropsychologischen Unterstützung. „Neben den Ärzten, die Patienten natürlich auch betreuen, gibt es eine Anzahl von Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Logopädinnen aber auch Psycho-

loginnen“, so der Ärztliche Direktor. „Das heißt, das Spektrum geht von der Beratung bis zum Training, wie Kraft- und Ausdauertraining. Das hängt wirklich ganz vom Defizit oder Hindernis ab, das die Patientin oder der Patient angibt.“

» **Möglichst selbstständig am Leben teilhaben: Das ist das große Ziel, wenn es um Rehabilitation geht. Erreichen kann man das mit einer multiprofessionellen Therapie.**

Sich regen bringt Segen: Das sagt schon ein altes Sprichwort, das sich auch das Reha-Zentrum Münster auf seine Fahnen heftet. Ob Nordic Walking oder Wassergymnastik, Gruppen- oder Einzeltherapie: Im Münster wird nicht nur am Land, sondern auch im Wasser – in einem eigenen Therapiebecken – trainiert. Weiß man doch, dass regelmäßige körperliche Aktivität den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen kann, da entzündungshemmende Faktoren ausgeschüttet werden.

Darüber hinaus fühlen sich aktive MS-Patienten besser, haben ein geringeres Risiko an Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Osteoporose zu erkranken und leiden weniger an Fatigue. Kurzum: Körperliche Aktivität bringt mehr Beweglichkeit und mehr Mobilität.

» **Bewegung tut gut! Aufgrund von regelmäßiger körperlicher Aktivität werden entzündungshemmende Faktoren ausgeschüttet. Was den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen kann.**

„Wir versuchen natürlich auch immer, uns und das Angebot weiterzuentwickeln“, informiert der Neurologe Dr. Brenneis. „Also zum Beispiel die Idee, dass mit einer Therapie-App die

Langfristigkeit des Effektes verbessert werden kann.“ Es geht darum, dass der MS-Patient auch zuhause eine Unterstützung im täglichen Üben hat, um den Effekt des Reha-Aufenthaltes auch möglichst lang in den Alltag zu bringen. „Uns ist es wichtig als Reha Team, dass wir Personen mit Multipler Sklerose unterstützen können, dass sie ihren Alltag zufrieden und erfüllt gestalten und leben können“, resümiert Dr. Brenneis.

Wie kann ich das Gelernte zuhause umsetzen? Diese Frage wird schon während des Reha-Aufenthaltes geklärt. Am Weg nach Hause haben die Patienten dann Werkzeuge und Know-how mit im Gepäck, die ihnen auch unter dem Jahr Hilfestellungen im Alltag bieten, um die Krankheit positiv und auch längerfristig beeinflussen zu können. Dabei können auch Angehörige einen wertvollen Beitrag leisten, indem sie die Betroffenen beim Dabeibleiben an der regelmäßigen körperlichen Aktivität, den Übungen und der Therapie unterstützen.

Dabeibleiben scheint das Zauberwort zu sein: Wer dabeibleibt bei all dem, was er während eines Reha-Aufenthaltes gelernt hat und es auch zuhause regelmäßig umsetzt, wird beim nächsten Reha-Besuch auf einem anderen, höheren Niveau starten.

» **Während eines Reha-Aufenthaltes erlernen Patienten auch, wie sie Situationen im Alltag meistern können. Dabei lautet das Zauberwort: auch zuhause dranbleiben.**



» Uns ist wichtig, dass den Patienten bewusst wird, in welchen Bereichen ihres Lebens sie Hindernisse haben, um das Leben erfüllt und zufrieden leben zu können.

Prim. Univ.-Doz. Dr. Christian Brenneis
Neurologe und Ärztlicher Direktor am Reha-Zentrum Münster

Welches Therapieangebot bietet das Reha-Zentrum Münster für MS-Patienten?

Rehabilitation ist ein multiprofessionelles Angebot, das ganz individuell auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt ist, informiert Prim. Univ.-Doz. Dr. Christian Brenneis, Ärztlicher Direktor des Reha-Zentrums Münster (Tirol).

„Rehabilitation ist eine multiprofessionelle Therapie. Das heißt, es gibt unterschiedlichste Berufsgruppen neben den Ärzten, die natürlich auch die Patienten betreuen; es gibt eine Anzahl von Therapeuten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Logopädinnen aber auch Psychologinnen“, erklärt Direktor Prim. Univ.-Doz. Dr. Christian Brenneis. „Das heißt, das Spektrum geht von der Beratung bis zum Training wie Kraft- und Ausdauertraining. Das hängt ganz vom Defizit oder dem Hindernis ab, das die Patientin oder der Patient angeben.“



Was sollten MS-Patienten zum Thema Reha wissen?

Über Wissenswertes für MS-Patienten und deren Angehörige berichtet OA Dr. Rainer Ehling. Der Facharzt für Neurologie ist bereits das sechste Jahr am Reha-Zentrum Münster im Bereich Multiple Sklerose tätig.

Was sollten Angehörige darüber wissen?

„Was ist das eigentliche Ziel für den Patienten? Das steht in der Rehabilitation im Vordergrund.“, so der Neurologe. „Wenn wir gemeinsam mit dem Patienten und den Angehörigen an einem Strang ziehen, dann kann dieser am besten unterstützt werden.“

Welche Formen der Reha gibt es für MS-Patienten?

„Im Reha-Zentrum Münster betreiben wir die Rehabilitation multidisziplinär“, erklärt der auf MS spezialisierte Arzt. „Je nachdem welche Beschwerden der Patient hat, in welchem Krankheitsverlauf bzw. Krankheitsstadium er sich befindet, reicht die Palette der Therapie von medikamentöser Unterstützung über nicht medikamentöse Verfahren. Das kann beinhalten: Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie. Aber ganz wichtig ist eine neuropsychologische Unterstützung. Das – gemeinsam mit Schulungen zum Thema Multiple Sklerose – kann für Betroffene von großem Vorteil sein.“

Wie können Angehörige Betroffene unterstützen?

OA Dr. Ehling rät: „Angehörige können insofern unterstützen, indem sie dem Betroffenen helfen, seine Ziele nicht nur während der stationären Rehabilitation, sondern vor allem auch zuhause, weiterzuerfolgen: d.h. körperliche Aktivität regelmäßig durchzuführen, an der Therapie dranzubleiben und die Übungen auch regelmäßig zuhause weiterzuführen.“

Was ist Ihr persönliches Anliegen?

„Mein großes Anliegen ist es, den Patienten abseits der Rehabilitation ein Werkzeug in die Hand zu geben, mit dem sie auch unterm Jahr gut zurechtkommen. Das beinhaltet das Know-How, das wir ihnen mitgeben können, damit sie auch wissen, was sie zuhause machen können, um die Krankheit positiv und auch längerfristig zu beeinflussen.“

» Mein großes Anliegen ist es, den Patienten abseits der Rehabilitation ein Werkzeug in die Hand zu geben, mit dem sie auch unterm Jahr gut zurechtkommen.

OA Dr. Rainer Ehling

Facharzt für Neurologie am Reha-Zentrum Münster



Wie kann sich der Patient selbst bei der Reha einbringen?

Möglichst selbstständig am Leben teilhaben: Das ist das große Ziel, wenn es um Rehabilitation geht, erklärt PT Andreas Mühlbacher, MSc., Therapieleiter am Reha-Zentrum Münster.

„Der Patient ist grundsätzlich ein Teil des interdisziplinären Teams. Das bedeutet, dass die Patienten bei uns gleich bei der Aufnahme schon Teil eines interdisziplinären Aufnahmegesprächs werden. Hier versuchen wir, mit dem Patienten Ziele zu formulieren. D.h. wir schauen, wo der Mensch in seinem sozialen Umfeld steht und was seine wichtigen Lebensbereiche sind“, informiert Andreas Mühlbacher.

„Im nächsten Schritt versuchen wir, die Patienten mit den Stärken aller einzelnen Berufsgruppen, die im Reha-Zentrum arbeiten, zu unterstützen. Mit dem Ziel, die Teilnahme am sozialen Leben generell und vor allem im privaten Umfeld wieder zu steigern.“

Grundsätzlich ist das oberste Ziel einer Rehabilitation, den Patienten dabei zu unterstützen, dass er an allen für ihn wichtigen Lebensberei-

chen möglichst selbstständig teilhaben kann.

„Da gehören ganz viele Dinge dazu“, informiert der Therapieleiter des Reha-Zentrums Münster.

„Wenn ein Patient ein Hobby hat, bei dem er Treppen steigen können muss, dann müssen wir im Reha-Team schauen, dass diese Fähigkeit so gut wie möglich erhalten bleibt. Es gehört aber auch dazu, dass wir uns mit dem Bereich der Sozialarbeit beschäftigen und schauen, welche Förderungsmöglichkeiten es gibt.“

Zusammenfassend betont Andreas Mühlbacher:

„Wir versuchen wirklich in diesem interdisziplinären Kontext, den Patienten von allen Seiten, die einfach möglich sind, zu unterstützen und zu begleiten. Begleiten ist mir in dem Kontext ein sehr wichtiges Wort. Weil uns sehr viel daran liegt, dass die Patienten ein hohes Maß an Eigenverantwortung tragen.“

Wie wichtig ist Bewegung in der MS-Therapie?

Studien belegen: Regelmäßige Bewegung und Sport tun gut. Über die vielen positiven Effekte für Menschen mit Multipler Sklerose berichtet OA Dr. Rainer Ehling, Facharzt für Neurologie am Reha-Zentrum Münster, im Interview.

„Früher war man der Meinung, Patienten sollen sich möglichst wenig bewegen, weil zu viel Bewegung einen Schub oder sogar eine Verschlechterung der Erkrankung bewirken kann“, so OA Dr. Ehling. „Mittlerweile weiß man – und das ist auch durch viele Daten hinreichend belegt – dass regelmäßige körperliche Aktivität gut für die Erkrankung ist: Entzündungshemmende Faktoren können ausgeschüttet werden und beeinflussen den Krankheitsverlauf per se

positiv“, so der Facharzt für Neurologie, der bereits das sechste Jahr am Reha-Zentrum Münster im Bereich der Multiplen Sklerose tätig ist.

„Darüber hinaus fühlen sich die Patienten dadurch besser, haben ein geringeres Risiko an Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Osteoporose zu erkranken sowie häufig weniger Fatigue“, erklärt Dr. Ehling MS-Patienten. Weitere positive Effekte eines regelmäßigen Trainings sind mehr Beweglichkeit und mehr Mobilität.



Physiotherapie: Was ist das?

Im Rahmen eines Aufenthaltes in einer Reha-Klinik erhalten Patienten neben anderen Therapieformen auch Physiotherapie. Aber was ist die sog. Physio genau? Und wie kann diese Behandlungsform Menschen mit der Erkrankung Multiple Sklerose unterstützen?

Was ist Physiotherapie?

Physiotherapie ist das Arbeiten mit Bewegung und daher eine häufig angewandte Intervention in der Prävention, Therapie und Rehabilitation. Unter Berücksichtigung der Entwicklung und Funktionsweise des Bewegungssystems werden sensorische und motorische Grundeigenschaften des menschlichen Körpers gefördert und auch gefordert.

Das Arbeitsfeld der Physiotherapeuten umfasst praktisch alle medizinischen Fachbereiche. Im Hinblick auf die Multiple Sklerose stehen vor allem Symptome wie eingeschränkte Mobilität, Spastizität und die Fatigue im Fokus von Physiotherapeuten.

Was ist die Aufgabe eines Physiotherapeuten?

„Die Aufgaben sind sehr vielschichtig“, informiert PT Barbara Linert, Physiotherapeutin im Reha-Zentrum Münster. Um die Teilhabe im Alltag zu verbessern bzw. zu erhalten, versuchen Physiotherapeuten mit aktiven und passiven Behandlungstechniken die strukturellen und funktionellen Voraussetzungen für die dafür notwendigen Aktivitäten zu erarbeiten. Die gezielte Erprobung und Initiierung einer adäquaten Hilfsmittelversorgung (Fußheber-

orthese, etc.) ist im Bedarfsfall eine sehr wichtige Ergänzung zur Verbesserung des Gangbildes aber auch der Mobilität.

Wie können Physiotherapeuten Betroffene unterstützen?

„In der Therapie werden Teilhabeziele vereinbart, manchmal auch gemeinsam mit Angehörigen, um dann zu evaluieren, welche Hindernisse aber auch Ressourcen den Weg zum Ziel positiv oder negativ beeinflussen könnten“, informiert PT Barbara Linert. Dann wird gezielt an und mit diesen Themen gearbeitet. Oft ist es notwendig, den Betroffenen neben Kompensationsstrategien und Tricks auch Hilfsmittel anzubieten.

„Schlussendlich geht es aber darum, Menschen mit MS ein Leben mit mehr Lebensqualität und Lebensfreude zu ermöglichen und den Umfang regelmäßiger Bewegung im Alltag zu steigern.“

Wo finde ich einen Physiotherapeuten?

Auf der Website des Bundesverbandes der PhysiotherapeutInnen Österreichs kann man österreichweit nach Therapeuten suchen unter www.physioaustria.at



» Wichtig ist, dass der Patient nach der Reha wirklich weiter übt, weiter trainiert. Nur so kann ein Reha-Aufenthalt nachhaltig sein.

Barbara Linert

Physiotherapeutin am Reha-Zentrum Münster

Was wird dem MS-Patienten im Rahmen der Physiotherapie vermittelt?

Ob Einzel- oder Gruppentherapie: Wie wichtig Ausdauer- und Krafttraining in der Therapie von Patienten mit Multipler Sklerose ist, verrät Physiotherapeutin Barbara Linert, im Reha-Zentrum Münster. Und das nicht nur bei der Reha, sondern danach auch zuhause.

„Während eines Reha-Aufenthaltes werden unterschiedliche Therapien durchgeführt – Gruppentherapien, aber auch Einzeltherapien“, informiert Barbara Linert. „In den Einzeltherapien kann individueller auf den Betroffenen eingegangen werden. In den Gruppentherapien werden allgemein das Gleichgewicht gestärkt, das Gehen geübt und es wird teilweise Kräftigung durchgeführt. Also allgemeinere Dinge als in der Einzeltherapie.“

Warum ist die Physiotherapie eine sinnvolle Ergänzung zur medikamentösen Therapie?

„Es ist auf jeden Fall eine sinnvolle Ergänzung“, betont die Physiotherapeutin. „Denn die Physiotherapie als Bewegungstherapie gibt dem Patienten einerseits die Möglichkeit, dass jemand mit ihm an seinen Problemen und Einschränkungen arbeitet. Andererseits kann der Physiotherapeut auch dem Betroffenen ein Werkzeug also Übungen in die Hand geben und dazu Anleitungen, die dem Betroffenen wiederum ermöglichen, etwas selber beitragen zu können – zu seiner Leistungsfähigkeit und zu seinem Wohlbefinden.“

Wie kann Physiotherapie bei Begleiterscheinungen wie Fatigue helfen?

„Übungen können helfen – vor allem auf lange Frist – die Fatigue zu minimieren“, betont die Physiotherapeutin. „Da sprechen wir im konkreten Fall von Ausdauertraining aber auch Krafttraining. Wichtig für die Betroffenen ist es, noch zu wissen, dass sie nach so einem durchgeführten Ausdauer- oder Krafttraining sehr wohl müde sein dürfen. Das ist eine normale Begleiterscheinung von einem Training.“

Was ist Ihr persönliches Anliegen?

„Wichtig ist, dass der Patient nach der Reha wirklich weiter übt, weiter trainiert. Nur so kann ein Reha-Aufenthalt nachhaltig sein.“

Ergotherapie: Was ist das?

Waren Sie schon einmal bei einem Ergotherapeuten? Vielleicht während eines Reha-Aufenthaltes? Wenn nicht, dann stellen wir Ihnen gerne diesen Fachbereich kurz vor.

Was ist Ergotherapie?

Der Begriff leitet sich vom Griechischen „erg-ein“ (d.h. handeln, tätig sein) ab. In der Ergotherapie geht man davon aus, dass „tätig sein“ ein Grundbedürfnis ist und gezielt eingesetzte Tätigkeiten eine gesundheitsfördernde und therapeutische Wirkung haben können. Die Handlungsfähigkeit im Alltag steht hier ganz klar im Mittelpunkt.

Was macht ein Ergotherapeut?

Von Trainingsübungen bis zum Einsatz von Strategien und Hilfsmitteln für den Alltag: Ergotherapeuten unterstützen und begleiten Menschen, die im Erhalt ihrer Handlungsfähigkeit gefährdet sind oder bereits Einschränkungen haben. Beispielsweise gibt es die Möglichkeit des Morgenselbsthilfetrainings, wobei am Ende ein möglichst hoher Anteil der Morgenhygiene auch mit körperlichen Einschränkungen vom Betroffenen selbstständig durchgeführt werden können. Das große Ziel der Ergotherapie ist so die Stärkung der Betroffenen in der Durchführung für sie relevanter Betätigungen in den Bereichen Selbstversorgung, Berufsfähigkeit/Produktivität und Freizeitgestaltung.

Was kann Ergotherapie für die Herausforderungen des Alltags tun?

Ein wesentlicher Bestandteil der Ergotherapie ist der Transfer der erarbeiteten Fortschritte bzw. Strategien in den häuslichen Alltag. Dazu ist es mitunter notwendig, dass Betroffene im Rahmen der Ergotherapie sehr genau die aktuelle Wohnsituation schildern müssen. So können beispielsweise schwierige Situationen, wie das Einsteigen in die Badewanne oder das Zubereiten von Speisen, im Zuge des Rehabilitationsaufenthaltes geübt werden. Der Ergotherapeut verschafft sich so einen Eindruck dazu, ob der Betroffene seinen Alltag zuhause alleine meistern kann oder dazu Hilfsmittel (Badewannenlift, Einhänderschneidebrett, etc.) bzw. professionelle Hilfe zuhause notwendig ist.

Wo finde ich einen Ergotherapeuten?

Der Berufsverband der Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten Österreichs bietet auf seiner Website die Möglichkeit zur österreichweiten Suche unter www.ergotherapie.at

Wie kann Ergotherapie bei Begleiterscheinungen der Multiplen Sklerose wie Fatigue helfen?

Welche Tätigkeiten sind im Alltag mit MS energieraubend? Welche neutral oder wohltuend? In der Ergotherapie wird im Rahmen der Therapie ein individuelles Fatigue-Management erarbeitet, berichtet Tanja Dünser, Bsc., Ergotherapeutin am Reha-Zentrum Münster.

„Es ist bewiesen, dass gezielte Bewegungsübungen und regelmäßige Übungen einen positiven Einfluss auf die Fatigue haben“, so die Ergotherapeutin Tanja Dünser, Bsc. „In der Ergotherapie arbeiten wir an einem speziellen Fatigue-Management. Das heißt, wir sagen den Betroffenen, sie sollen sich ihren Alltag anschauen und einteilen. Welche Tätigkeiten sind schwierig für mich? Welche sind sehr energieraubend? Welche Tätigkeiten betrachte ich eher als wohltuend oder als neutral? Anhand dessen schauen wir dann, wie man den Tagesablauf am besten gestalten kann.“



» In der Ergotherapie arbeiten wir an einem speziellen Fatigue-Management. Das heißt, wir sagen den Betroffenen, sie sollen sich ihren Alltag anschauen und einteilen

Tanja Dünser, Bsc.
Ergotherapeutin am Reha-Zentrum Münster

Logopädie bei MS: Was ist das?

Sprechen und Schlucken sind zentrale Themen in der Logopädie. Wie Logopäden Patienten mit Multipler Sklerose im Rahmen der Behandlung unterstützen und was Angehörige dazu beitragen können, haben wir im Reha-Zentrum Münster erfahren.

Was ist Logopädie?

Die Logopädie ist eine medizinisch-therapeutische Fachdisziplin, die sich mit angeborenen oder erworbenen Beeinträchtigungen der zwischenmenschlichen Kommunikation in allen Altersgruppen beschäftigt. Neben dem umfassenden Bereich der gesprochenen und geschriebenen Sprache beinhaltet das Tätigkeitsfeld auch die Behandlung des Schluckens und des Hörvermögens. Menschen aller Altersgruppen stehen daher im Behandlungsfokus der Logopädie.

Wie können Angehörige Betroffene unterstützen?

Der Einbezug der Angehörigen kann in vielen Bereichen des Tätigkeitsfeldes der Logopäden sehr wertvoll sein. Für Patienten ist beim Sprechen beispielsweise das Feedback der Angehörigen zu Geschwindigkeit, Deutlichkeit oder Lautstärke ganz wichtig. Elisabeth Schmidhammer, Logopädin im Reha-Zentrum Münster, sind vor allem die Konsequenzen von Schluckproblematiken auf den häuslichen Alltag ein großes Anliegen: „Im Rahmen einer ausführlichen Schluck-Diagnostik lässt sich feststellen, welche Nahrungsmittelkonsistenzen – z.B. beim Essen von Reis – bei Patienten zum Verschlucken bzw. Schutzreflex Husten führen.

Das ist eine wichtige Information für Angehörige, zuhause keine Speisen mit Problemkonsistenzen, wie in diesem Fall Reis, zuzubereiten.“

Gibt es noch weitere Möglichkeiten, um die Kommunikation zu verbessern?

Wichtig zu wissen ist, dass den Betroffenen im Rahmen der Logopädie auch alternative und ganz einfache Kommunikationshilfsmittel (wie Buchstabentafel oder Bilderlexika) vorgestellt werden. „Dann können Patienten bei starker Ermüdung von diesen Hilfsmitteln Gebrauch machen und auf die Bedürfnisse zeigen oder sie einfach aufschreiben. Immer mehr verbreitet sind auch Kommunikations-Apps für Tablets, welche ebenso in der Logopädie eingesetzt werden. Betroffene sollten zusätzlich generell viel Mimik und Gestik verwenden“, empfiehlt Elisabeth Schmidhammer aus ihrer Erfahrung von der Zusammenarbeit mit MS-Patienten.

Wo finde ich einen Logopäden?

Der Berufsverband der LogopädInnen Österreichs, Logopädie Austria, bietet auf seiner Website die Möglichkeit zur österreichweiten Suche unter

www.logopaediaustria.at/therapeutensuche



» Nach einem Reha-Aufenthalt wissen die Patienten, in welchen Bereichen sie Einschränkungen haben und welche Strategien ihnen dann in der Bewältigung des Alltags helfen können.

*Elisabeth Schmidhammer, Bsc.
Logopädin am Reha-Zentrum Münster*

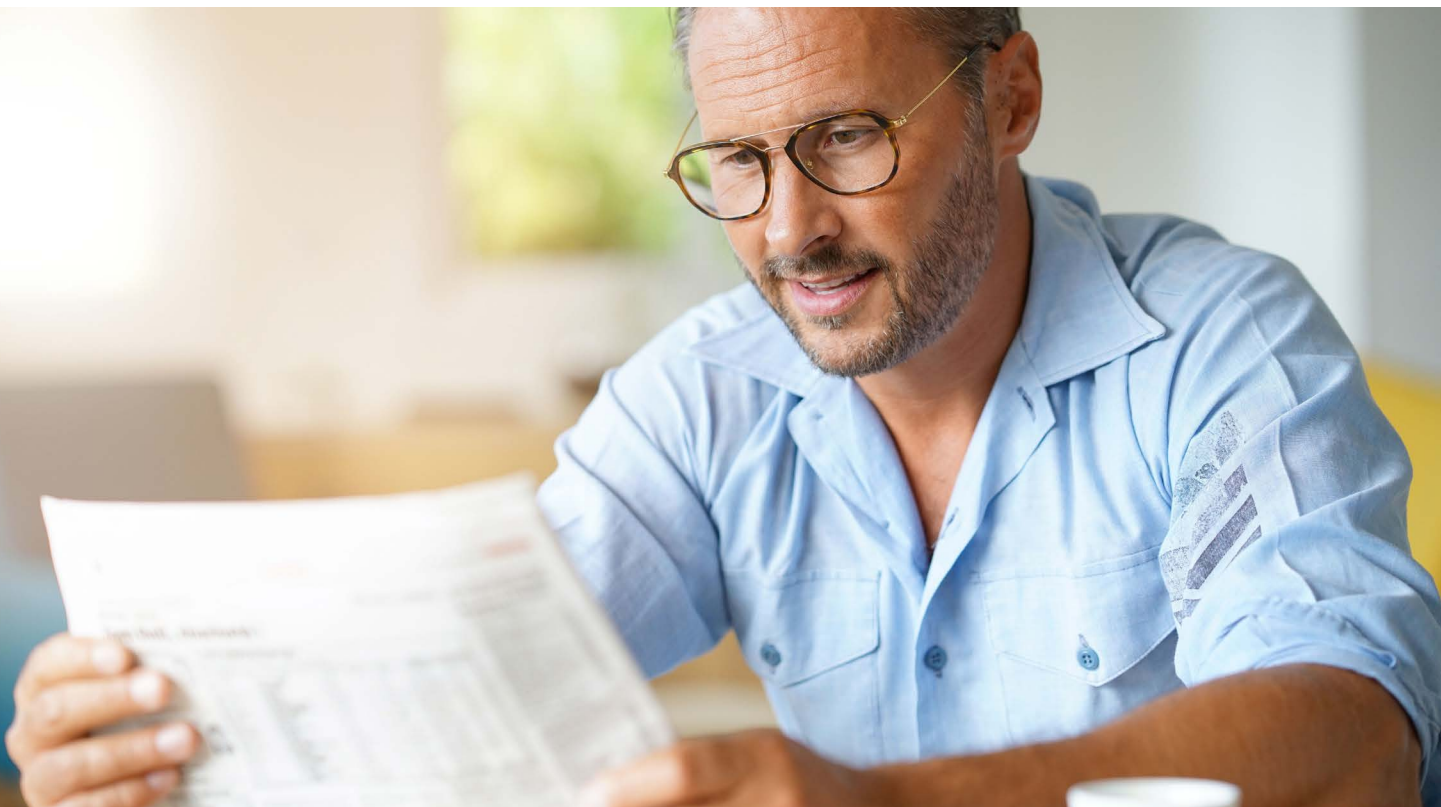
Wie kann die Logopädie den MS-Patienten unterstützen?

Einmal während eines Reha-Aufenthaltes erlernt, können funktionelle Übungen gut in den Alltag von Menschen mit Multipler Sklerose integriert werden, weiß Elisabeth Schmidhammer, Bsc., Logopädin am Reha-Zentrum Münster.

„Grundsätzlich wird mit den Patienten während des Reha-Aufenthaltes ein individueller Behandlungsplan mit funktionellen Übungen erstellt. Diese werden im Laufe des Reha-Aufenthaltes durchgeführt und parallel dazu wird ein Heimübungsprogramm ausgearbeitet. Dieses Programm kann der Patient dann zuhause weiterführen. Nachdem die Übungen bereits bekannt sind, können sie gut in den Alltag integriert werden“, informiert die Logopädin.

Wie kann der MS-Patient im Alltag üben?

„Die Übungen variieren natürlich“, weiß Elisabeth Schmidhammer aus ihrem Praxisalltag im Reha-Zentrum in Münster. „Oft gebe ich den Patienten den Tipp, einen Zeitungsartikel laut und langsam vorzulesen – mit bewussten Sprechpausen. Diese Übung lässt sich sehr gut in den Alltag integrieren.“



Was möchten Sie MS-Patienten mit auf den Weg geben?

Das Dabeibleiben zu fördern, ist das erklärte Ziel von Andreas Mühlbacher, Therapieleiter am Reha-Zentrum Münster. Wie Menschen mit Multipler Sklerose von einem Reha-Aufenthalt profitieren können, erzählt er im Video-Interview.

„Persönlich ist es mir ein großes Anliegen, das Dabeibleiben bei den Patienten zu fördern und dass die Patienten dann diese Qualität der Bewegung und der Reha, die sie im Behandlungszeitraum erfahren haben, weitertragen; einfach diese positiven Erinnerungen über eine gewisse Zeit mitnehmen“, informiert PT Andreas Mühlbacher, MSc., Therapieleiter am Reha-Zentrum Münster.

„Wir merken das immer dann, wenn Patienten wieder kommen und weiter gemacht haben – vom letzten Aufenthalt bis zum jetzigen. Das ist dann ein Aufsetzen auf einem höheren Stand als beim vorigen Aufenthalt. Da kann ein Patient selbst sehr viel dazu beitragen“, so der Therapieleiter und resümiert: Im Endeffekt geht es darum, dem Patienten und auch uns als Team immer wieder Lichter aufgehen zu lassen. Beim Patienten ist es die Motivation aus dem Inneren heraus, sich zu bewegen bzw. sich zu trauen, sich zu bewegen. Und bei uns ist es immer das Thema: Wie bearbeiten wir genau diese Dinge? Wie sprechen wir mit den Patienten, damit wir das wecken können? Und das geht nicht immer nur, indem ich eine Übung mitgebe, die der Patient dann mit viermal fünf Wiederholungen machen soll. Das braucht oft einfach das gegenseitige Abholen im Gespräch.“

Wozu raten Sie MS-Patienten, wenn diese ihre Übungen aufgrund von Beschwerden zuhause nicht machen können?

„Wenn Beschwerden auftreten und sie davor noch nicht da waren, ist einmal die Kontaktaufnahme zum behandelnden Arzt oder zur behandelnden Ärztin ganz wichtig. Das ist der erste Punkt“, betont Andreas Mühlbacher. Bezüglich Bewegung ist es einfach ganz wichtig, so viel wie möglich zu machen. Auch wenn es gerade nicht so gut geht, heißt das nicht, dass ich mich jetzt hinsetzen und warten muss bis es wieder besser wird, sondern ich kann mir mit einem reduzierten Bewegungsprogramm wahrscheinlich selber viel mehr Gutes tun.“

Abschließend kann man sagen: „Es kommt immer darauf an, was gerade das Thema des Patienten ist. Aber wichtig ist die Kontaktaufnahme zum Neurologen und auch noch das Wissen, dass in diesem Fall Bewegung nicht schaden kann.“



» Persönlich ist es mir ein großes Anliegen, das Dabeibleiben bei den Patienten zu fördern.

Andreas Mühlbacher, MSc
Therapieleiter am Reha-Zentrum Münster

Quellen:

Berufsverband der Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten Österreichs, www.ergotherapie.at

physioaustria, Bundesverband der PhysiotherapeutInnen Österreichs, www.physioaustria.at

Verband der LogopädInnen Oberösterreich, www.logopaedie-ooe.at/lv/logopaedie/thema-logopaedie

Herausgeber:
Content Glory GmbH

Bildnachweise:
© Rawpixel.com/Adobe Stock
© New Africa/Adobe Stock
© contrastwerkstatt/Adobe Stock
© zinkevych/Adobe Stock
© Dan Race/Adobe Stock
© highwaystarz/Adobe Stock
© goodluz
© Nikolai/Adobe Stock

Mit freundlicher Unterstützung von 