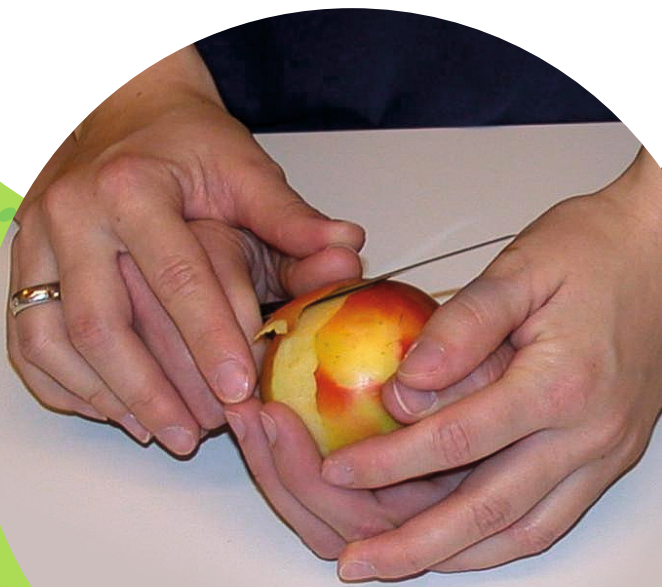


# Ergotherapie bei neuromuskulären Erkrankungen



*miteinander  
füreinander*



**DGM**

Deutsche Gesellschaft  
für Muskelkranke e. V.

# Ergotherapie bei neuromuskulären Erkrankungen

*Neuromuskuläre Erkrankungen sind häufig genetisch bedingt, nur für wenige Diagnosen steht bisher eine ursächliche Behandlung zur Verfügung. Die chronischen Krankheitsprozesse können zu erheblichen fortschreitenden Muskelschwächen und Funktionsverlusten führen, die symptom-orientierte Therapie nimmt deshalb einen wichtigen Stellenwert ein. Ergotherapie – wie auch Physiotherapie und Logopädie – hilft, Fähigkeiten möglichst lange zu erhalten.*

*Entsprechend der Übersetzung des griechischen Wortes „ergon“ (Tun, Werk) stellt die Ergotherapie den Handlungsaspekt in den Mittelpunkt ihrer Maßnahmen.*

## Behandlungsziele

Die ergotherapeutische Behandlung soll ein selbstbestimmtes Leben mit der chronischen Erkrankung fördern, die Handlungsfähigkeit nicht nur in der therapeutischen Situation sondern im realen täglichen Leben verbessern und Aktivitäten in Alltag, Beruf und Freizeit ermöglichen. Angehörige werden durch bestimmte Maßnahmen entlastet. Die Behandlungsziele orientieren sich individuell am konkreten Alltag und an den Lebensbereichen der neuromuskulär erkrankten Person. Sie werden gemeinsam mit der betroffenen Person und möglichst unter Einbezug der Angehörigen festgelegt.

Mit Hilfe der Ergotherapie kann die häusliche Umgebung oder der Arbeitsplatz individuell angepasst und der neuromuskulär erkrankten Person Strategien vermittelt werden, wie sie mit ihren Beeinträchtigungen

Handlungskompetenzen erlangen und im Alltag in ihren verschiedenen Lebensbereichen zurecht kommen kann.

Zu Beginn der Behandlung wird auf Basis einer Befunderhebung ein Behandlungsplan erstellt. Darin wird gemeinsam festgelegt, welche Beeinträchtigung behandelt und welche Fertigkeiten vordringlich erarbeitet werden sollen. Er kann folgende Maßnahmen enthalten:

### Funktionelle Therapie

- Erarbeiten ökonomischer Bewegungsabläufe
- Funktionstraining der oberen Extremitäten
- Erlernen von kompensatorischen Fertigkeiten (z. B. Einüben des Gebrauchs der linken statt der rechten Hand, Erlernen von Ersatzfunktionen durch Einsatz von Hilfsmitteln)
- Anleitung zum Umgang mit individuellen Belastungsgrenzen

### ADL-Training

(Training der Aktivitäten des täglichen Lebens)

- An- und Auskleiden
- Nahrungsaufnahme
- Körperpflege
- Lagerung und Transfers
- Rollstuhltraining in der Wohnung und im öffentlichen Leben
- Anleitung der Angehörigen in Bezug auf Hilfestellung

### Versorgung mit technischen Hilfsmitteln

- Hilfsmittelberatung, Erprobung und Anpassung
- Anleitung bei der Anwendung von Hilfsmitteln
- Beratung zu Maßnahmen und Veränderungen im häuslichen und beruflichen Umfeld
- PKW-Anpassung

### Allgemein

- kontinuierliche Begleitung beim Fortschreiten der Erkrankung
- Förderung von Kreativität und Motivation
- Unterstützung der Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft

## Behandlungsprinzipien

Die ergotherapeutische Behandlung bei neuromuskulären Erkrankungen erfordert angesichts der sich mehr oder weniger schnell verändernden Gesamtverfassung der betroffenen Person große Flexibilität. Ziele müssen im Behandlungsverlauf neu gefasst, Maßnahmen kontinuierlich an neue Situationen angepasst werden.

Bei neuromuskulären Erkrankungen arbeitet die funktionstüchtige Muskulatur durch die normalen alltäglichen Bewegungen schon an ihrer Leistungsgrenze. Kräftigungsübungen sollten daher sehr sorgfältig dosiert werden. Betroffene sollten ebenfalls angeleitet werden, im Alltag maßvoll mit ihren Kräften umzugehen. Ein überforderndes Krafttraining würde die erkrankte Person erschöpfen und könnte bei bestimmten Formen neuromuskulärer Erkrankungen zu Krämpfen oder Mikrotraumen führen, welche die Muskelschwäche noch verstärken. Muskelschmerzen oder ein Schwächegefühl nach der Behandlung können auf eine solche Überlastung hinweisen.

Auch die Angehörigen sollten im Rahmen ergotherapeutischer Maßnahmen beraten und angeleitet werden. Sie werden durch Maßnahmen zur Optimierung von alltäglichen Abläufen im häuslichen Umfeld entlastet und erhalten Anregungen, die dazu beitragen, dass die betroffene Person entsprechend ihrer Möglichkeiten selbstständig sein kann. Dagegen sollte die Einbeziehung von Familienmitgliedern als Co-Therapeuten mit Blick auf deren persönliche Belastung nur mit Vorsicht erwogen werden.

Ergotherapie ist Teil des Gesamtkonzepts in der Rehabilitation. Grundsätzlich können, wie in der Physiotherapie, Elemente verschiedener Therapiekonzepte angewandt werden. Im Vordergrund der Ergotherapie steht die Förderung der Handlungskompetenzen der betroffenen Person. Behandlungsschwerpunkte von

Ergotherapeuten können in Praxis, Reha- oder Akutklinik voneinander abweichen. In manchen Arbeitsbereichen überschneiden sich die Behandlungsansätze mit denjenigen aus der Physiotherapie und Logopädie.

## Hilfsmittelversorgung

Hilfsmittel können Körperfunktionen teilweise ersetzen, Aktivitäten ermöglichen oder die Pflege erleichtern. Um eine bedarfsgerechte Hilfsmittelversorgung sicherzustellen, ist eine differenzierte, vorausschauende ergotherapeutische Beratung erforderlich. Die Auswahl des passenden Hilfsmittels hängt insbesondere von der Zielsetzung, vom Funktionsbefund, von der Prognose sowie der Wohn- und Pflegesituation der neuromuskulär erkrankten Person ab. Daher sollte die Hilfsmittelversorgung gemeinsam mit ihr und ihren Angehörigen in der häuslichen Umgebung abgestimmt werden.

Wenn die betroffene Person sich für ein bestimmtes Hilfsmittel entschieden hat, sollte die Versorgung und Anpassung in interdisziplinärer Abstimmung mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt, dem Sanitätshaus und dem Kostenträger durchgeführt werden. In diesem Zusammenhang ist es vorteilhaft, der betroffenen Person das ausgewählte Hilfsmittel vorerst probeweise zur Verfügung zu stellen, damit sie es im Rahmen der persönlichen Wohn- und Alltagssituation auf die Eignung hin prüfen kann. Vor der endgültigen Versorgung müssen Passgenauigkeit und die Anwendbarkeit eventuell nachgebessert werden.

## Hilfsmittel, die bei neuromuskulären Erkrankungen zur Anwendung kommen können

- Greifhilfen/Griffverdickungen, Ergo-Rest
- angepasste Bestecke und spezielle Trinkbecher
- Hilfsmittel für den Haushalt
- nicht-technische und elektronische Kommunikationshilfen
- Umfeld-Steuerungen
- Aufsteh- und Transferhilfen, Haltegriffe
- Dusch- und Toilettenstühle, Toilettensitzerhöhungen
- Badewannenlifter, Badebrett
- Kopf- und Nackenstützen
- Hand-, Arm- und Fußorthesen
- Gehhilfen und Rollstühle

## Wie können Menschen mit neuromuskulären Erkrankungen Ergotherapie erhalten?

Für die ergotherapeutische Behandlung ist eine ärztliche Heilmittelverordnung erforderlich. Mit dieser Verordnung kann eine Praxis für Ergotherapie nach Wahl aufgesucht werden. Die Behandlung kann unter bestimmten Voraussetzungen auch im Rahmen eines Hausbesuchs erfolgen. Menschen mit neuromuskulären Erkrankungen profitieren von ergotherapeutischen Behandlungskonzepten, die auf neurophysiologischer Grundlage basieren. Deshalb ist es sinnvoll, Praxen aufzusuchen, die auf dem Gebiet der Neurologie erfahren und qualifiziert sind.

Erarbeitet vom Arbeitskreis Physiotherapie, Logopädie und Ergotherapie der DGM

Stand: April 2024

Der Inhalt des Flyers wurde sorgfältig erarbeitet. Autoren und DGM übernehmen keine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Informationen. Insbesondere wird keine Haftung für sachliche Fehler oder deren Folgen übernommen. Dieser Flyer ersetzt nicht die ärztliche Konsultation.

Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V.

Gläubiger-IdentNr.: DE10ZZZ00000041596

SozialBank

IBAN: DE84 3702 0500 0007 7722 00

Ja, ich will die DGM unterstützen!

Ich spende einmalig der DGM einen Betrag von \_\_\_\_\_ Euro.

Ich erkläre meinen Beitritt als Mitglied zur DGM als:

Betroffene(r) /  Angehörige(r) /  Förderer  
(Mindestbeitrag: 50 Euro pro Jahr)

16-25 Jährige(r) mit "Junge-Leute-Bonus"  
(reduzierter Mitgliedsbeitrag: 25 Euro)

Körperschaft: Unternehmen oder Verein  
(Mindestbeitrag: 200 Euro pro Jahr)

Name, Vorname  Geburtsdatum

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort / Firmensitz

Telefon  E-Mail

Kurzdiagnose (für Beratungszwecke)

Ich beantrage zusätzlich eine Partnermitgliedschaft: (30 Euro jährlich)

Name, Vorname  Geburtsdatum

E-Mail

Ich beantrage/genehmige zu meiner Mitgliedschaft die Kindermitgliedschaft (bis 16. Geburtstag kostenfrei) für:

Name Kind 1  Geburtsdatum

ggf. Kurzdiagnose  Unterschrift Kind, ab 7. Lebensjahr

Name Kind 2  Geburtsdatum

ggf. Kurzdiagnose  Unterschrift Kind, ab 7. Lebensjahr

Ich habe weitere Kinder

Zum Mitgliedsbeitrag möchte ich gerne einen jährlichen Zusatzbeitrag von \_\_\_\_\_ Euro leisten.

Ich bezahle per  Lastschrift\* /  Überweisung

\*Sie helfen uns, Verwaltungskosten zu sparen, wenn Sie den Lastschrifteinzug wählen.

IBAN

Datum, Unterschrift Antragsteller/in und ggf. Partner/in

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die DGM, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der DGM auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. HINWEIS: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. HINWEIS ZUM DATENSCHUTZ: Ihre Daten werden gespeichert. Sie werden ausschließlich für satzungsgemäße Zwecke verwendet und nicht an Dritte weitergegeben. Der Nutzung Ihrer Daten können Sie jederzeit per E-Mail widersprechen. Mehr zum Datenschutz finden Sie unter [www.dgm.org/datenschutzerklärung](http://www.dgm.org/datenschutzerklärung).

# Die Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. (DGM)

ist mit rund 10.000 Mitgliedern die größte und älteste Selbsthilfeorganisation für Menschen mit neuromuskulären Erkrankungen in Deutschland.

Ihre Anliegen:

- Forschung fördern
- Aufklärung der Öffentlichkeit über die neuromuskulären Erkrankungen
- Betroffene und Angehörige informieren und beraten
- gesundheits- und sozialpolitische Interessen von Menschen mit neuromuskulären Erkrankungen vertreten
- Selbstbestimmung und Teilhabe fördern, Inklusion verwirklichen
- Gesundheitskompetenz und Selbsthilfe unterstützen.

Die DGM ist durch regionale, ehrenamtlich geführte Landesverbände flächendeckend aufgestellt. Außerdem vertreten die krankheitsspezifisch arbeitenden überregionalen Diagnosegruppen gezielt die Selbsthilfe bei einzelnen Muskelerkrankungen. Sitz der Bundesgeschäftsstelle ist Freiburg im Breisgau.



## DGM

Deutsche Gesellschaft  
für Muskelkranke e. V.

Im Moos 4 · 79112 Freiburg  
T 07665 9447-0 · F 07665 9447-20  
info@dgm.org · www.dgm.org