

Ergotherapie für Hände: Erleichterung der täglichen Lebensaktivitäten von Erwachsenen

Åsa-Sara Sernheim (ab)

(a) The Swedish National Center for Rett syndrome & related disorders, Region Jämtland Härjedalen Schweden.

(b) PhD stud., Department of Social and Welfare studies, LiU, Linköping University, Schweden

Handfunktion

Die Handfunktion ist bei Menschen mit Rett-Syndrom sehr unterschiedlich (z.B. Greif- Halte- und Leistungsvermögen).

Folgende Faktoren beeinflussen die Funktion: Schwierigkeiten bei der Einleitung gezielter Bewegungen (Dyspraxie), langsame Bewegungsausführung (Latenz), erhöhter oder verminderter Muskeltonus, Atemstörungen und stereotype Handbewegungen wie Zusammendrücken, Klopfen und Wringen.

Handstereotypien sind bei Kindern und Erwachsenen weit verbreitet; die Mechanismen hinter diesem Verhalten sind noch unbekannt. Die Intensität und der Ausdruck von Stereotypien können sich bei Erwachsenen mit der Zeit ändern [1]. Personen mit einer höheren grobmotorischen Fähigkeit scheinen ihre Feinmotorik leichter verbessern zu können. [2]. Motivation und Vorwissen für eine Aufgabe können sich auch auf die Fähigkeit auswirken, die Hände funktionell zu nutzen.

Unterstützte Handbewegungen können die Möglichkeiten zur Erkundung und Überwindung von Dyspraxie (ein Zustand, der die Bewegung behindert) erhöhen. In der Regel erhalten Kinder von den betreuenden Personen - im Vergleich zu Erwachsenen - mehr physische und praktische Anleitung und Unterstützung. Ungeachtet des Alters ist es wichtig, alle Menschen zu unterstützen und zu ermutigen, ihre funktionalen Handfähigkeiten zu gebrauchen [3].

Handstereotypien können vorübergehend verringert werden, indem Sie die Arme vorsichtig trennen; dabei einen der Arme vorsichtig zur Seite halten und den anderen Arm unterstützen, um die Aktivität zu erleichtern. Eine Ellbogenschiene auf dem anderen Arm ist nützlich, während der freie Arm (oder die Hand) aktiv sein kann [3]. Unterstützen Sie manuell unter dem Ellenbogen, Unterarm oder an den Händen.

Ermutigen Sie zum Beispiel die Person, eine Hand auf den Arm eines Beteiligten (Familienmitglied, Betreuer oder Therapeuten) zu legen; so erfährt eine Person mit Rett-Syndrom das Tempo und den Rhythmus der Bewegung. Taktile Massage (sanfte, nonverbale Massage – bei der die Hände der betreuenden Person/Therapeut die Berührungsrezeptoren im Körper einer Person sanft aktivieren) kann Muskelverspannungen und häufige Handstereotypien vermindern.

Ermutigen Sie den Einsatz von Händen in verschiedenen Situationen, mit unterschiedlichen Zielen, z.B. um Folgendes zu erreichen:

- Die Hand von jemandem halten, für Sicherheit, Nähe und Freundschaft.
- Aufmerksamkeit und Kontakt durch Streicheln, Winken, Gestikulieren, Klopfen oder Begrüßen mit einem Handschlag anregen.
- Den Körper in verschiedenen Positionen unterstützen und balancieren.

- Position ändern (Drücken und Pressen).
- Auf Armlehnen eines Stuhls oder an einen Tisch lehnen – oder sich an einem Handlauf festhalten – um zu entspannen oder sich zu erholen.
- Dinge halten und bewusst beeinflussen oder bewegen und platzieren.
- Essen und trinken.
- Verschiedene Materialien nutzen.
- Mit Handys, Tablets und Computern kommunizieren.

Bieten Sie Möglichkeiten zur Aufnahme von Eindrücken und sozialen Kontakten – für angenehme, motivierende Aktivitäten [4]. Das Erleben von Sinnesreizen mit den Händen ist entscheidend. Maniküren zum Beispiel stimulieren Empfindungen in den Handflächen, auf dem Handrücken und in den Fingern (warmes Wasser, Berührung bei der Handmassage und Empfindungen von verschiedenen Handpflegeprodukten).

Ermöglichen oder fördern Sie verschiedene sensorische Einflüsse während Aktivitäten wie Backen, Spielen von Instrumenten, Spielen, Reiten und Pflegen eines Haustieres. Weitere Beispiele sind Erfahrungen mit:

- Menschlichen Berührungen
- Rhythmen und Tempo.
- Gewichte von Objekten.
- Unterschiedlichen Temperaturen.
- Verschiedenen Formen und Materialien

Fördern Sie die Teilnahme durch Aktivitäten, die (i) Entscheidungen/Anzeigen von Vorlieben, (ii) Konditionierung/Einarbeitung und (iii) Leistungsfähigkeit erfordern [5]. Im täglichen Leben erleben Erwachsene viele natürliche Situationen, die eine Teilnahme erfordern; hier ist verbale (Sprache), visuelle (Sehen) und manuelle (mit den Händen) Unterstützung wichtig.

Einkaufen ist eine solche Aktivität, bei der die manuelle Unterstützung viele Erkundungsmöglichkeiten bietet. Zum Beispiel:

- Legen Sie Ihre Hand unter eine der Hände der zu unterstützenden Person, dann legen Sie eine Melone hinein und bewegen Sie diese Hand sanft auf und ab. Schließlich legen Sie ein leichtes Paket in die andere Hand und ermutigen Sie zu einem Gewichtsvergleich – um Gewichtsunterschiede zu erfahren.
- Bewegen Sie einen Finger über die Oberfläche einer Kiwi – um Form und Struktur zu fühlen.
- Bitten und leiten Sie die Person dazu an, eine Packung gefrorenes Gemüse zu berühren – um Temperaturschwankungen zu spüren.
- Bieten Sie die Möglichkeit und unterstützen Sie die Person dabei, einen Einkaufswagen zu schieben, damit zu gehen und sich anzuhalten - um Rhythmus- und Tempoerfahrungen zu ermöglichen.

Hilfe und Anleitung beim Essen verbessert ebenfalls das Engagement und die Teilnahme (z.B. manuelle Unterstützung durch das Halten eines Löffels und die Förderung wiederholender Bewegungen) [6].

Zur Beschreibung und Bewertung von Handfunktionen und zur Bewertung von Interventionen beim Rett-Syndrom sind geeignete Beurteilungsinstrumente (Befunderhebung, Patientenbefragung) erforderlich [2, 3]. Da die Handfunktion von Person zu Person sehr unterschiedlich ist, sollten alle Beteiligten zusammenarbeiten und nach individuell geplanten Therapieverfahren und regelmäßig geplanten Folgemaßnahmen streben.

Literaturverzeichnis

[1] Carter, P., et al. (2010). Movement Disorders, 25(3), 282-288.

[2] Dy, M.E., et al., (2017) Pediatric Neurology, doi: 10.1016/j.pediatrneurol.2017.05.025.

- [3] Downs, J., Parkinson, S., Ranelli, S., Leonard, H., Diener, P & Lotan, M. (2014). Developmental neurorehabilitation, 17(3), 210-217.
- [4] Sernheim, Å.-S., Hemmingsson, H., Witt Engerström, I & Liedberg, G. (2016). Scandinavian Journal of Occupational Therapy, doi.org/10.1080/11038128.2016.1250812
- [5] Kielhofner, G., A model of human occupation: Theory and application. 4 ed. 2007.
- [6] Qvarfordt, I., Witt Engerström, I. & Eliasson, A.-C. (2009). Scandinavian Journal of Occupational Therapy, 16(1), 33-39.