

vinden. De ergotherapeut onderzoekt, indien u dit wenst, samen met u mogelijke nieuwe activiteiten.

4.3. Energiemanagement

Sommige personen hebben veel last van een MS-gebonden vermoeidheid. Het is nuttig om samen met uw ergotherapeut uw dagplanning te overlopen. Energiesparende tips kunnen u helpen om beter om te springen met uw beperktere hoeveelheid energie.



Nationaal MS-Centrum
Dienst ergotherapie
Vanheylenstraat 16
1820 Melsbroek
tel: 02-597 86 93

ERGOTHERAPIE



IN HET NATIONAAL MULTIPLE
SCLEROSE CENTRUM MELS BROEK

VERSIE 4

AUGUSTUS 2010

WAT IS ERGOTHERAPIE?

Ergotherapie heeft als doel om personen met een beperking zo zelfstandig mogelijk te laten functioneren in het dagelijks leven. Zelfstandigheid wil niet alleen zeggen "het zelf doen", maar ook zelf kunnen kiezen en verantwoordelijkheden dragen.

HOE BEGINNEN WE DE BEHANDELING?

In de ergotherapeutische behandeling wordt u als persoon in zijn geheel bekeken, rekening houdend met uw fysieke en mentale mogelijkheden, uw wensen, de mening van uw partner en familie. Bij onze eerste ontmoeting gebeurt er een evaluatie. De ergotherapeut gaat na wat u kan en niet meer kan, aan de hand van specifieke vragen en testen. Op basis van deze bevindingen stellen we samen een behandelplan op.

3.3. Woningaanpassingen

In het centrum kunnen diverse dagelijkse activiteiten worden geoefend, maar het belangrijkste is dat u in uw eigen specifieke thuissituatie functioneert. Tijdens een huisbezoek kan worden nagegaan of er aanpassingen aan de woning dienen te gebeuren. Dit kan een kleine aanpassing zijn zoals een handgreep in het toilet, tot een volledige verbouwing van verschillende ruimtes.

Ook het adviseren bij de (ver)nieuwbouw van een woning hoort tot de taken van de ergotherapeut.

4. Informatie

4.1. Werkpostaanpassing

De ergotherapeut kan zo nodig adviezen geven omtrent aanpassingen van de werkpost zoals het gebruik van een geschikte werkstoel, het ergonomisch positioneren van uw werkmateriaal, een in hoogte verstelbare bureau.

4.2. Vrijtijdsbesteding

Personen die minder of niet meer werken, hebben vaak moeite om een bevredigende dagbesteding te

3. Advies

Naast het oefenen van verminderde functies en het trainen van specifieke vaardigheden, leveren we zo nodig ook advies i.v.m. een geschikte rolstoel, hulpmiddelen of woningaanpassingen.

3.1. Rolstoeladvies

Indien dit nodig is, zoekt de ergotherapeut samen u naar een voor u geschikte rolstoel. Deze kan uitgebreid in het centrum worden uitgetoetst alsook in de thuissituatie tijdens een huisbezoek. Ook voor aanpassingen aan een bestaande rolstoel kan u terecht in onze dienst.

3.2. Hulpmiddelenadvies

Indien een hulpmiddel aangewezen is, wordt een advies op maat gegeven. Uitproberen en inoefenen in het centrum en thuis vinden wij zeer belangrijk. Als communicatiehulpmiddel bijvoorbeeld kan een computer nuttig zijn.

UIT WAT KAN DE BEHANDELING BESTAAN?

1. Oefenen van verminderde functies

1.1 Handfunctietraining

Om de mogelijkheden van armen en handen te onderhouden of te verbeteren, worden specifieke oefeningen aangeboden. Dit gebeurt door middel van oefenmateriaal, specifieke toestellen bijvoorbeeld armfiets of creatieve activiteiten zoals zijdeschilderen, kaarsen maken.

1.2. Rechtstaan in de statafel

Rechtstaan is belangrijk als voorbereiding op het uitvoeren van transfers, het behoud van spierkracht, het stimuleren van de bloedsomloop en het vermijden van botontkalking.

1.3. Cognitieve training

Het geheugen, het concentratievermogen en het logisch denken kunnen, zo nodig, ook aan bod komen tijdens de therapie sessies. Deze functies kunnen geoefend worden in door voor u herkenbare situaties, of via speciale computerprogramma's en cognitieve oefeningen (zoals woordzoekers, kruiswoordraadsels, enz.).

Ook computergebruik en leren werken met internet krijgen in onze dienst de nodige aandacht.

2. ADL-training

Hierbij gaan we alledaagse activiteiten inoefenen zoals mobiliteit en zelfzorg.

2.1. Mobiliteit

Er kunnen beperkingen in uw mobiliteit ontstaan, zoals bij het veranderen van houding, het uitvoeren van transfers en het stappen.

Binnenshuis kan u bijvoorbeeld problemen ondervinden met uw verplaatsingen naar bad, bed of toilet en/of met het traplopen.

Buitenshuis kan het fietsen en het besturen van de wagen moeilijker worden.

Op uw vraag kunnen we deze activiteiten, al of niet op een andere wijze en/of met hulpmiddelen oefenen.



2.2. Zelfzorg

De dagelijkse activiteiten, zoals u wassen en kleden, eten en drinken, kunnen ook moeilijker verlopen. De ergotherapeut gaat na of deze taken thuis nog zelfstandig uitgevoerd kunnen worden, al dan niet op een andere manier, met hulp of met een hulpmiddel.

