

Patiënteninformatie

Ergotherapie bij de ziekte
van Parkinson



Ergotherapie bij de ziekte van Parkinson

Afdeling Ergotherapie, Fysiotherapie en Logopedie, route 0.7
Telefoon (050) 524 5190

Voor wie is deze informatie bedoeld?

U heeft zelf de ziekte van Parkinson of een vorm van atypische parkinsonisme* en u:

- ervaart problemen in het dagelijks handelen thuis of op het werk;
- heeft vragen over zinvolle tijdsbesteding passend bij uw mogelijkheden;
- heeft vragen over de aanpassing van de omgeving thuis of op het werk.

U bent de naaste van iemand met deze ziekte en wilt graag weten hoe u de patiënt beter kunt ondersteunen of begeleiden bij het dagelijks handelen. Of u wilt graag weten wat ergotherapie kan betekenen bij de ziekte van Parkinson of atypisch parkinsonisme.

* alle ziekten die qua verschijnselen lijken op de ziekte van Parkinson. Voorbeelden zijn Multiple Systeem Atrofie (MSA) en Progressieve Supranucleaire Parese (PSP).

Parkinson en het dagelijks handelen

Het dagelijks handelen bevat alle activiteiten die u met enige regelmaat uitvoert zoals eten, douchen, de krant lezen, tuinieren, werken, voor kinderen zorgen, het uitvoeren van een hobby, klussen, stofzuigen, eropuit gaan. De ziekte van Parkinson is een chronische aandoening die gepaard gaat met toenemende beperkingen. Daardoor ontstaan op termijn problemen in het dagelijks handelen. Dit kan komen door bijvoorbeeld problemen bij bewegen, traagheid, vermoeidheid, verminderde flexibiliteit, vergeetachtigheid, depressieve klachten, of moeite hebben om twee dingen tegelijk te doen.

Wat kan ergotherapie voor u betekenen?

De ergotherapeut gaat uit van uw mogelijkheden en die van uw omgeving. Hij/ zij denkt met u mee over (praktische) oplossingen en alternatieven bij problemen in het dagelijks handelen. U bekijkt samen met de ergotherapeut hoe u de voor u

belangrijke dagelijkse activiteiten kunt blijven doen of opnieuw kunt oppakken. Ook uw partner of andere naaste kan bij de ergotherapeut terecht met vragen over bijvoorbeeld:

- de ondersteuning of begeleiding die u nodig heeft;
- het weer oppakken van gezamenlijke activiteiten;
- het verbeteren van de balans tussen de zorgactiviteiten en eigen activiteiten.

Wanneer de neuroloog bij u of uw naaste de ziekte van Parkinson of parkinsonisme heeft geconstateerd, kunt u en/of uw mantelzorger een verwijzing naar de ergotherapeut krijgen. Voor informatie over de vergoeding van ergotherapie kunt u het beste contact opnemen met uw ziektekostenverzekeraar.

Hoe ziet de therapie eruit?

Ergotherapie vindt vaak plaats op de plek waar uw problemen zich afspeelen. Dit is meestal thuis of op het werk, maar therapie is ook mogelijk in een behandelruimte van de ergotherapeut.

1. De ergotherapeut start met het bespreken van uw problemen, wat voor u belangrijk is en wat uw wensen zijn. Er wordt een observatie gedaan van een dagelijkse activiteit om na te gaan wat uw beperkingen en mogelijkheden zijn. Samen met u wordt een plan van aanpak opgesteld.
2. Samen met de ergotherapeut bekijkt u hoe u uw doelen kunt bereiken.

Voorbeelden uit de praktijk

- Activiteiten op een andere manier uitvoeren. Bijvoorbeeld een maaltijd bereiden in een andere volgorde waardoor er niet meer twee taken tegelijk gedaan hoeven te worden.
- Gebruik maken van strategieën die bruikbaar zijn bij de ziekte van Parkinson, zoals strepen op de vloer rond uw bed bij problemen met het plakken van uw voeten (freezen), zodat u beter de slaapkamer uit kan lopen. Een ander voorbeeld is een taak van tevoren in stappen opdelen zodat de uitvoering makkelijker gaat.
- Nadenken over een andere indeling van de dag zodat u meer tijd heeft voor activiteiten die u belangrijk vindt en een betere balans ervaart tussen rust en inspanning.

- De activiteit anders leren uitvoeren met een aanpassing, een hulpmiddel of hulp van anderen. De ergotherapeut begeleidt u bij de keuze en het aanvragen van aanpassingen bij gemeente, UWV en zorgverzekeraar.
 - Uw naaste adviseren over manieren om u te helpen bij activiteiten, rekening houdend met ergonomische principes, om bijvoorbeeld rug en knieën te sparen.
3. Eindevaluatie: Zijn de gestelde doelen bereikt?, Wat kunt u verder zelf doen?
Bent u tevreden over de ergotherapie?

Tot slot

Heeft u naar aanleiding van de informatie in de folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de afdeling Ergotherapie, tel. (050) 524 5190. Het secretariaat is op werkdagen bereikbaar van 8.00 uur tot 16.30 uur.

Ruimte voor eigen aantekeningen

Martini Ziekenhuis

Postadres

Postbus 30033
9700 RM Groningen

Bezoekadres

Van Swietenplein 1
Groningen

Algemeen telefoonnummer

(050) 524 52 45

www.martiniziekenhuis.nl

