Entspannungstherapie

Entspannungsverfahren sind übende Verfahren zur Verringerung körperlicher und geistiger Anspannung oder Erregung. Körperliche Entspannung und das Erleben von Gelassenheit, Zufriedenheit und Wohlbefinden sind eng miteinander verbunden. In Zusammenarbeit mit der Physiotherapie und Neuropsychologie bieten wir verschiedene Entspannungstechniken an.

Autogenes Training

Es ist die bekannteste, leicht zu erlernende und überall durchführbare Entspannungsmethode. Sie ermöglicht jedem – nicht nur nervösen und gestressten Menschen – innerhalb von kurzer Zeit zu innerer Ruhe und Gelassenheit zu gelangen und neue Kraft zu schöpfen.

Progressive Muskelentspannung

Die Progressive Muskelentspannung beruht darauf, dass durch eine bewusste, willentliche Anspannung und Entspannung von bestimmten Muskelgruppen eine tiefe Entspannung des gesamten Körpers erreicht werden soll. Über muskuläre Anspannung, Entspannung und Nachspüren, wird der Tonus nicht nur reduziert, sondern es kommt zur Sensibilisierung für Spannungszustände in der eigenen Skelettmuskulatur, sodass sogar die kleinsten Restspannungen wahrgenommen und gelöst werden.

Traumreise

Fantasie, Märchen-, oder Traumreisen sind imaginative Verfahren. Sie können als Entspannungstechnik therapeutisch wirken und werden von einem Sprecher erzählt. Ein tiefer Ruhe- und Erholungszustand wird durch eine entspannte Körperposition, die Zuwendung durch den Sprecher sowie die Hinwendung auf die als angenehm erlebten Bilder in der eigenen Fantasie erzielt.

Kontakt

Krankenhaus Lindenbrunn
Ergotherapie
Lindenbrunn 1
31863 Coppenbrügge

Tel: 05156 / 782 - 580
ergotherapie_ltg@krankenhaus-lindenbrunn.de

Weitere Informationen finden Sie auf:
www.krankenhaus-lindenbrunn.de

KRANKENHAUS LINDENBRUNN



Ergotherapie

THERAPIEANGEBOTE & BEHANDLUNGSKONZEPT

KRANKENHAUS LINDENBRUNN

Ergotherapie

> *Ergotherapie unterstützt und begleitet Menschen jeden Alters, die in ihrer Handlungsfähigkeit eingeschränkt oder von Einschränkung bedroht sind. Ziel ist, sie bei der Durchführung für sie bedeutungsvoller Betätigungen in den Bereichen Selbstversorgung, Produktivität und Freizeit in ihrer persönlichen Umwelt zu stärken. Hierbei dienen spezifische Aktivitäten, Umweltanpassung und Beratung dazu, dem Menschen Handlungsfähigkeit im Alltag, gesellschaftliche Teilhabe und eine Verbesserung seiner Lebensqualität zu ermöglichen.*

Deutscher Verband der Ergotherapeuten (2007)

Unsere ergotherapeutische Behandlung berücksichtigt die gesamten Lebensumstände der Patienten. Wir gehen individuell auf die Fähigkeiten und Fertigkeiten des Betroffenen sowie auf seine Umweltfaktoren, wie z. B. die Angehörigen und das häusliche Umfeld, ein. Damit richten wir uns maßgeblich nach der Definition des Fachverbandes.

Auszug unserer Therapieangebote

Handlungsorientierte Therapie

Wasch-, Anzieh– und Transfertraining, Haushaltstraining, Nahrungsaufnahme

Motorisch-funktionelle/ sensomotorisch-perzeptive Behandlungen

Behandlung nach Bobath, Feinmotorik- und Funktionstraining, Bewegungsanbahnung,

Behandlung von neurogenen Schluckstörungen

Eisbehandlung, Vibration und Tabbing, Stimulation, Erlernen von Kompensationstechniken, Anpassung von Nahrungs- und Flüssigkeitskonsistenzen, PNF-Halteübungen, Einsatz von Biofeedbackgeräten

Wahrnehmungsschulung

Sensibilitätstraining, Förderung der Körperwahrnehmung, Basale Stimulation, Snoezelen

Freizeitkompetenztraining

Förderung der Orientierung, Anregung der geistigen Aktivität und Tagesstrukturierung, Förderung der Konzentration und Aufmerksamkeit

Handwerkliche Techniken

Förderung der Belastbarkeit, Konzentration und Ausdauer, Hobbyfindung

Entspannungstechniken

Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Traumreisen

Gruppentherapien

Gerne steht Ihnen das Team der Ergotherapie auch kompetent bei Fragen rund um die Hilfsmittelversorgung und -benutzung zur Seite.



Individuelles Behandlungskonzept

Nach einer umfangreichen ärztlichen Eingangsuntersuchung erstellen unsere Ergotherapeuten für jeden Patienten einen individuellen Behandlungsplan. Dabei werden Alter und Verlauf der Krankheit ebenso berücksichtigt wie der Wunsch des Patienten, welche Fähigkeiten er schnellstmöglich wiedererlangen möchte.

Die Therapie in unserem Haus ist handlungsorientiert ausgerichtet. Es wird im Rahmen von alltagspraktischen Übungen trainiert. Der Vorteil ist hierbei, dass Patienten den direkten Nutzen der Therapie erkennen können und zusätzlich motiviert werden mitzuarbeiten.

Die Fortschritte jedes Einzelnen werden wöchentlich in einer interdisziplinären Teambesprechung diskutiert und gleichzeitig neue Therapieziele für die kommende Woche festgelegt.