

Im Alltag tun können, was einem wichtig ist

Ergotherapie für ältere Menschen

Ergotherapie stellt die Handlungsfähigkeit des Menschen in den Mittelpunkt. Sie trägt zur Verbesserung der Gesundheit und zur Steigerung der Lebensqualität bei. Ergotherapie befähigt Menschen aller Altersstufen, an den Aktivitäten des täglichen Lebens teilzuhaben.

Was die Ergotherapie bei Menschen im fortgeschrittenen Alter konkret bieten kann, erfahren Sie [hier](#).

Inhalt

1.	Ergotherapie für ältere Menschen	2
2.	Wo setzt die Ergotherapie an?	2
3.	Den Alltag positiv verändern	2
4.	Ganzheitliche Betreuung durch aktive Zusammenarbeit	3
5.	Ergotherapie und Demenz	3
6.	Ergotherapie als Grundangebot in Alters- und Pflegeinstitutionen	3
7.	Ambulante Ergotherapeut:innen in Institutionen	4
8.	Expertise nutzen	4
9.	Kostenübernahme und Finanzierung	4
10.	Ergotherapie: ein fester Bestandteil	4
11.	Informationen zur Ausbildung	5
12.	Links zu den Fachhochschulen	5
13.	Links zu weiterführenden Informationen	5

1. Ergotherapie für ältere Menschen

Ein fortgeschrittenes Alter bringt körperliche, psychische und soziale Veränderungen mit sich, die sich auf das tägliche Leben auswirken. So kann es mit der Zeit schwierig werden, zu sich selber oder zu anderen zu schauen, die Wohnung aufzuräumen, eine Fernsehsendung zu verfolgen, aus dem Haus zu gehen oder an einem Bankomaten Geld abzuheben. Ängste können auftreten oder das Gefühl, die Kontrolle über das eigene Leben zu verlieren. Diese Schwierigkeiten können in Zusammenhang mit einem Kräfte- oder Sensibilitätsverlust, mit Seh- und kognitiven Störungen, Vereinsamung, chronischen Schmerzen oder Einschränkungen in der Beweglichkeit stehen. Auch die bauliche Umgebung oder das Zuhause entsprechen unter Umständen nicht mehr den eigenen Möglichkeiten und Bedürfnissen.

2. Wo setzt die Ergotherapie an?

Ergotherapeut:innen verfügen über die notwendigen Fachkenntnisse, um gemeinsam mit erkrankten, beeinträchtigten, fragilen oder verunfallten Personen, ihrem Umfeld und den involvierten Institutionen individuelle Lösungen zu finden, welche die Alltagsbewältigung verbessern und auftretende Schwierigkeiten in der Betätigung reduzieren. Indem Ergotherapeut:innen auf die individuellen Bedürfnisse älterer Menschen fokussieren, tragen sie dazu bei, deren Lebensqualität zu erhöhen.

Ergotherapie bietet:

- Training der alltagsrelevanten körperlichen, kognitiven, emotionalen und sozialen Fertigkeiten.
- In Zusammenarbeit mit dem unterstützenden Umfeld (z. B. Angehörige, Ärzt:innen, Pfleger:innen, Therapeut:innen) eine optimale Begleitung des Menschen in seinem individuellen Alltag.
- Beratung und Instruktion der unterstützenden Bezugspersonen bei der Lagerung von Menschen mit stark eingeschränkter Mobilität.

Ergotherapeut:innen beraten und unterstützen in folgenden Bereichen:

- Anpassung der Wohnumgebung
- Wahl der Hilfsmittel
- Angepasste Gruppenaktivitäten
- Präventionsmassnahmen (z. B. Sturz- oder Schmerzprävention)
- Gesundheitsfördernde Aktivitäten zur Steigerung der Lebensqualität

3. Den Alltag positiv verändern

Eine ergotherapeutische Abklärung kann Potenziale, Möglichkeiten und Grenzen aufzeigen. Die gezielt eingesetzte Ergotherapie kann den Alltag von Menschen positiv verändern. Wenn beispielsweise aufgrund einer Erkrankung das Ankleiden zum Problem wird, kann innerhalb der Ergotherapie die gewohnte Durchführung evaluiert und je nach Bedarf angepasst werden. Bekannte oder neue Abläufe können in

der Situation trainiert sowie bei Bedarf eine Anleitung (schriftlich, bildlich) erstellt werden. Die Ergotherapie befähigt also Menschen, die für sie bedeutungsvollen Aktivitäten des täglichen Lebens möglichst selbstständig durchführen zu können.

4. Ganzheitliche Betreuung durch aktive Zusammenarbeit

Da im Alltag von Bewohner:innen in einer Alters- und Pflegeinstitution die Pflegefachpersonen eine wichtige Rolle spielen, ist eine aktive Zusammenarbeit mit Pflegefachpersonen zielführend (z. B. beim Umsetzen von Strategien). Die Ergotherapeut:innen bringen sich gerne aktiv in diese Zusammenarbeit ein und können so mit ihrem Fachwissen zur ganzheitlichen Betreuung/Behandlung von älteren Menschen beitragen.

5. Ergotherapie und Demenz

Über die Wirksamkeit der Ergotherapie bei Menschen mit mittlerer und schwerer Demenz wurde 2013 ein ausführlicher Bericht erstellt. Die Autorinnen kommen darin zum Schluss, dass ein individualisiertes, ergotherapeutisches Programm einen wichtigen Beitrag zur Reduktion der Kosten sowie des medizinisch-pflegerischen Aufwandes leisten kann. Richtig eingesetzt verbessert die Ergotherapie die Lebensqualität und den Gemütszustand der betroffenen Personen.

Damit die Therapiemassnahmen erfolgreich sind, müssen sie an die jeweiligen Bedürfnisse der Patient:innen angepasst werden. So kann die Ergotherapie dazu beitragen, dass der Heimeintritt von Menschen, die an Demenz erkrankt sind, um bis zu eineinhalb Jahre hinausgezögert werden kann.

Ein Funktions- und Fertigkeitstraining in Kombination mit anderen Verfahren kann den Gesundheitszustand und die Stimmung verbessern. Die kognitive Stimulation verzögert den geistigen Abbau bei leichter bis mittlerer Demenz, während die sensorische Stimulation zum Beispiel das Sozialverhalten fördert. Laut Bericht wirken sich ergotherapeutische Verfahren nachweislich positiv auf unterschiedliche Lebensbereiche von Patient:innen aus.

6. Ergotherapie als Grundangebot in Alters- und Pflegeinstitutionen

Ergotherapie findet vor allem in den Bereichen der geriatrischen Rehabilitation und/oder Akut- und Übergangspflege ihre Einsatzmöglichkeiten. Der Einbezug der Ergotherapie in den Alters- und Pflegeinstitutionen ist in der Schweiz nicht einheitlich geregelt und wird entsprechend sehr unterschiedlich gehandhabt. Durch die direkte Integration der Ergotherapie in das Grundangebot einer Alters- und Pflegeinstitution wird die wichtige interprofessionelle Zusammenarbeit mit Ärzt:innen, Pflegefachpersonen, Therapeut:innen, Sozialdiensten und weiteren Diensten mittels gemeinsam geführter Dokumentationen, Rapporte und/oder Fallbesprechungen sichergestellt und ein koordiniertes Vorgehen ermöglicht.

7. Ambulante Ergotherapeut:innen in Institutionen

Da nicht jede Alters- und Pflegeinstitution über ein internes Ergotherapie-Angebot verfügt, werden häufig ambulante Ergotherapeut:innen aufgeboden, die die ergotherapeutische Behandlung vor Ort durchführen. Diese ambulanten Ergotherapeut:innen haben die Möglichkeit, wichtige Informationen via Bezugspersonen der Bewohner:innen oder auf Basis einer gemeinsam mit anderen Involvierten (Ärzt:innen, Pflegende etc.) geführten Dokumentation auszutauschen. Dieser Austausch ist sehr erstrebenswert, da er entscheidend dazu beiträgt, die Ziele von und zusammen mit älteren Menschen zu erreichen. Zum Beispiel können wichtige erlernte Strategien im Alltag einheitlich und nachhaltig umgesetzt werden.

8. Expertise nutzen

Ergotherapeut:innen sehen einen grossen Bedarf an primär-präventiven und gesundheitsfördernden Programmen für ältere Menschen ab 60 Jahren, z. B. zu den Themen Gelenkschutzinstruktion, Haus-/Wohnungsabklärungen, Sturzprävention oder Transition Management (Lebensübergang in die Pension). In Alters- und Pflegeinstitutionen können diese Programme durch Ergotherapeut:innen für Bewohner:innen, Angehörige und Mitarbeitende als Dienstleistung angeboten werden. Die Expertise der Ergotherapeut:innen kann einen zusätzlichen und wertvollen Impuls geben, wenn es darum geht, Gruppenangebote oder bauliche Massnahmen zu planen und umzusetzen. Allerdings sind diese wichtigen Leistungen KVG-unabhängig, was bedeutet, dass die Finanzierung separat geregelt werden muss.

9. Kostenübernahme und Finanzierung

Ärztlich verordnete Ergotherapie wird durch die Kranken-, Unfall-, Invaliden- und Militärversicherung finanziert. Für zusätzliche Dienstleistungen der Ergotherapie müssen individuelle Vereinbarungen getroffen werden. Das betrifft zum Beispiel die Bereiche Prävention und Gesundheitsförderung, in denen Ergotherapeut:innen die Beratung übernehmen und die Umsetzung von Massnahmen begleiten.

10. Ergotherapie: ein fester Bestandteil

Ergotherapeut:innen sollten ein fester Bestandteil der ganzheitlichen Betreuung in Alters- und Pflegeinstitutionen sein. Dafür ist die aktive Kontaktaufnahme durch Ärzt:innen und Pflegefachpersonen notwendig. Eine optimale interprofessionelle Zusammenarbeit aller Akteur:innen einer Alters- und Pflegeinstitution (Pflegefachpersonal, Haus-/Heimärzt:innen, Physiotherapeut:innen, Aktivierungstherapeut:innen etc.) ist wünschenswert, um den Bewohner:innen die bestmögliche therapeutische Betreuung zukommen zu lassen und so die Lebensqualität zu verbessern.

11. Informationen zur Ausbildung

Die Ergotherapie-Ausbildung ist ein dreijähriges Vollzeitstudium an einer der drei Fachhochschulen ZHAW, HETSL, SUPSI (s. unten). Das Studium wird mit einem Bachelor of Science in Ergotherapie abgeschlossen. Etwa zwei Drittel der Ausbildung finden an der Schule statt, ein Drittel in Form von Praktika in verschiedenen ergotherapeutischen Arbeitsgebieten.

12. Links zu den Fachhochschulen

[ZHAW – Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften \(Winterthur\)](#)

[HETSL – Haut école de travail et de la Santé \(Lausanne\)](#)

[SUPSI - Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana](#)

13. Links zu weiterführenden Informationen

[Ergotherapie Verband Schweiz](#)

[Ergotherapie im Arbeitsfeld Geriatrie](#), Habermann, C. (Ed.). (2005), Georg Thieme Verlag

[HTA-Bericht](#), Wirksamkeit von Ergotherapie bei mittlerer bis schwerer Demenz, D. Korczak, C. Habermann, S. Braz (Volltext)

[Verordnung Ergotherapie](#) (PDF zum Download)

Das Dienstleistungsangebot der Ergotherapie in der Geriatrie wird den jeweiligen Bedürfnissen angepasst. Aus diesem Grund erhebt diese Informationsbroschüre keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Kontakt: evs-ase@ergotherapie.ch

Herausgeber

CURAVIVA, Branchenverband von ARTISET
Zieglerstrasse 53, 3007 Bern

Autorin

Ergotherapie Verband Schweiz EVS/ASE, evs-ase@ergotherapie.ch

Zitierweise

CURAVIVA (2023), Im Alltag tun können, was einem wichtig ist | Ergotherapie für ältere Menschen
Online: curaviva.ch

Auskünfte/Informationen

info@curaviva.ch

© CURAVIVA, Branchenverband von ARTISET, 2023