

## Nach dem Schlaganfall: Wie gut hilft Ergotherapie bei Alltagsaktivitäten wie dem Anziehen?



Eine Ergotherapie kann Menschen nach einem Schlaganfall helfen, selbstständiger zu leben. Alltagsaktivitäten wie Aufstehen oder die Badbenutzung fallen durch die Behandlung leichter.

## **Eine Ergotherapie kann Menschen nach einem Schlaganfall helfen, selbstständiger zu leben. Alltagsaktivitäten wie Aufstehen oder die Badbenutzung fallen durch die Behandlung leichter.**

Bei einem Schlaganfall (auch als "Hirnschlag" bezeichnet) wird ein Teil des Gehirns dadurch geschädigt, dass seine Durchblutung unterbrochen wird. Ein Schlaganfall kann durch ein Blutgerinnsel entstehen, das sich in einem anderen Teil des Körpers gebildet hat. Dies kann durch den Blutkreislauf ins Gehirn wandern und dort ein Gefäß blockieren. Auch Veränderungen in der Wand einer Arterie können zu einem Gefäßverschluss führen. Seltener wird ein Schlaganfall durch eine Blutung im Gehirn ausgelöst (Hirnblutung). Die Ursache kann sein, dass Blut ins Gewebe austritt, zum Beispiel, wenn ein Blutgefäß reißt.

Ein Schlaganfall kann zu Lähmungen in Teilen des Körpers führen oder auch zu Störungen verschiedener Körperfunktionen, zum Beispiel zu Sprachstörungen. Ungefähr einer von 1000 Menschen bekommt in seinem Leben einen Schlaganfall, meistens in höherem Alter. Bei Menschen über 85 Jahre liegt das Risiko für einen Schlaganfall bei 2 % (zwei von hundert).

Die Rehabilitation spielt eine wichtige Rolle bei der Schlaganfallbehandlung. Es gibt jedoch verschiedene Rehabilitationsprogramme mit teils unterschiedlichen Inhalten. Einzelne Therapeutinnen und Therapeuten bevorzugen vielleicht bestimmte Behandlungen, und auch von Land zu Land gibt es Unterschiede. So zeigte eine Studie, dass Rehabilitationsprogramme für Schlaganfälle in Großbritannien und Belgien einen größeren Schwerpunkt auf Bewegungsübungen legen können als in Deutschland oder der Schweiz.

Die Ergotherapie ist nur ein Baustein in der Rehabilitation von Menschen mit Schlaganfällen. Sie zielt darauf ab, die Selbstständigkeit der Menschen wieder zu erhöhen, indem sie ihnen zeigt, wie sie trotz der Einschränkungen durch die Erkrankung ihren Alltag bewältigen können. Die Therapie hilft den betroffenen Menschen, alltägliche Verrichtungen wieder auszuführen. Die Anleitungen und Übungen konzentrieren sich auf Aktivitäten wie das Waschen, den Gang zur Toilette, das Anziehen, Aufstehen und Zubettgehen sowie auf Haushaltstätigkeiten. Auch der Umgang mit Hilfsmitteln wie zum Beispiel Anziehhilfen oder speziellem Besteck wird vermittelt und geübt.

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Cochrane Collaboration suchten nach Studien, die möglicherweise

zeigen konnten, ob Ergotherapie die Genesung nach einem Schlaganfall verbessern kann, wenn sie die Förderung von Alltagsaktivitäten zum Ziel hat. Sie fanden neun Studien, an denen insgesamt 1258 Menschen zwischen 55 und 88 Jahren teilnahmen. Die Studien verglichen ergotherapeutische Maßnahmen mit einer eher allgemeinen Unterstützung, die ebenfalls zum Ziel hatte, die Verrichtung von Alltagsaktivitäten zu verbessern.

Im Rahmen der Studien wurden die Teilnehmenden bei sich zu Hause durch ausgebildete Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten behandelt. Die Studien dauerten unterschiedlich lange, im Durchschnitt wurden die Teilnehmenden jedoch drei Monate lang beobachtet. Ihre Alltagsfähigkeiten wurden mit Hilfe einer Bewertungsskala gemessen.

Die Cochrane-Wissenschaftlerinnen und -Wissenschaftler kombinierten die Ergebnisse der verschiedenen Studien miteinander. Die zusammen analysierten Ergebnisse zeigten, dass die Ergotherapie einigen Teilnehmenden half, sich besser waschen und anziehen zu können. Auch andere Verrichtungen, wie das Aufstehen aus dem Bett und der Gang zur Toilette, fielen ihnen leichter.

Ergotherapie kann die Häufigkeit von schwerer Hilfsbedürftigkeit oder Tod nach einem Schlaganfall verringern. Werden elf Menschen mit Ergotherapie behandelt, können bei einem weiteren Menschen die schlimmsten Krankheitsfolgen vermieden werden.

Die Wissenschaftlergruppe zog den Schluss, dass Ergotherapie das Risiko für eine Verschlechterung der körperlichen Einschränkungen nach einem Schlaganfall senkt. Gleichzeitig kann sie die Selbstständigkeit und die Fähigkeiten zur Alltagsbewältigung verbessern. Allerdings gibt es noch zu wenig wissenschaftliche Nachweise zu der Frage, was genau Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten im Rahmen der Behandlung tun (oder lassen) sollten und wie lange die Therapie hilft. Auch weiß man zu wenig darüber, wie die Patienten und Therapeuten die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten einschätzen und welche Art der Behandlung sie bevorzugen.

Eine weitere Behandlungsmöglichkeit in der Rehabilitation des Schlaganfalls ist die Krankengymnastik (Physiotherapie). Auch die Krankengymnastik versucht, die Genesung zu fördern, geht dabei aber andere Wege als die Ergotherapie. Durch Ergotherapie lernen Menschen das Verrichten bestimmter Tätigkeiten,

während sich die Krankengymnastik auf Bewegungsübungen und Muskelstärkung konzentriert. Mehr zur Physiotherapie nach Schlaganfällen können Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.314.de.html>) lesen.

## Glossar

### Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet [www.cochrane.de](http://www.cochrane.de).

### Schlaganfall

Ein Schlaganfall (auch Gehirnschlag oder Apoplex – griechisch: „niederschlagen“) ist eine akute Erkrankung, bei der das Gehirn nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt wird. Ursache ist in den meisten Fällen ein eingeschwemmtes Blutgerinnsel, das Gefäße des Gehirns verschließt. Seltener kann auch eine Gehirnblutung zu einem Schlaganfall führen. Je nachdem, welche Gehirnregion betroffen ist, kann es zu Lähmungen einer Körperhälfte oder Teilen davon, Ausfällen der Gesichtsnerven, Sehstörungen, Gleichgewichtsproblemen und massiven Sprachstörungen kommen. Ein Schlaganfall ist ein Notfall: Die betroffenen Regionen des Gehirns müssen schnellstmöglich wieder mit Sauerstoff versorgt werden, um zu vermeiden, dass weiteres Gehirngewebe abstirbt. Das Risiko für einen Schlaganfall ist bei älteren Menschen, Menschen mit hohem Blutdruck oder chronischen Gefäßverkalkungen erhöht.

### Therapie

Als Therapie (von „therapeia“, griechisch: Pflege, Heilung) wird in der Medizin die Behandlung von Krankheiten, einzelnen Beschwerden oder Verletzungen bezeichnet. Genauer sind damit die einzelnen Maßnahmen zur

Behandlung einer Erkrankung gemeint. Diese Maßnahmen umfassen beispielsweise eine Änderung der Ernährungsweise, die Einnahme von Medikamenten, Operationen oder Krankengymnastik. Das Ziel einer Therapie ist Heilung oder zumindest eine Verbesserung der Beschwerden.

## Quellen

De Wit L, Putman K, Lincoln N, Baert I et al. Stroke rehabilitation in Europe: what do physiotherapists and occupational therapists actually do? *Stroke* 2006; 37: 1483-1489. [Volltext (URL: <http://stroke.ahajournals.org/cgi/content/full/37/6/1483> ) ]

Legg LA, Drummond AE, Langhorne P. Occupational therapy for patients with problems in activities of daily living after stroke. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2007, Issue 2. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://www.cochrane.org/reviews/en/ab003585.html>) ]

## Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

## Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de).

## Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.