

## Ergotherapie

*Deze teksten zijn samengesteld door de ergotherapeuten van het ALS Centrum Nederland. Contactpersoon: Marije Bolt, ergotherapeut ALS team AMC, e.m.bolt@amc.uva.nl.*

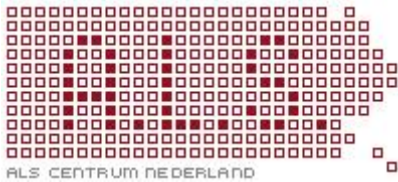
### **Wat is ergotherapie?**

Het doel van ergotherapie is dat u activiteiten die u belangrijk vindt zo lang mogelijk kunt blijven doen. Een ergotherapeut zoekt samen met u naar oplossingen voor problemen die u ervaart bij alledaagse activiteiten. Het kan hierbij gaan om problemen in de zelfverzorging, het huishouden, uw vrijetijdsbesteding, werken en/of wonen. Ook uw naasten kunnen vragen hebben hoe zij u het beste kunnen helpen bij bepaalde activiteiten.

Globaal gaat een ergotherapeut te werk volgens de volgende stappen:

- Kennismaken en bespreken welk probleem of welke problemen u ervaart en welke doelen u wilt bereiken.
- Nader onderzoeken wat de oorzaken zijn van het probleem en welke mogelijkheden er zijn om het probleem op te lossen of zo klein mogelijk te maken.
- Samen met u doelen opstellen. Onderdelen hiervan kunnen zijn:
  - (opnieuw) leren om de activiteit te doen
  - de activiteit op een andere manier doen
  - de activiteit doen met hulp van een ander, hulpmiddelen en/of voorzieningen.
- Aan de doelen werken.
- Evalueren in hoeverre de doelen behaald zijn.

Het is niet altijd mogelijk om een activiteit weer te doen. De ergotherapeut kan u, in samenwerking met het multidisciplinaire team begeleiden in het leren omgaan hiermee en/of in het vinden van een activiteit die mogelijk net zoveel voldoening



geeft.

### **Wat kan een ergotherapeut voor mij betekenen als ik ALS of PSMA heb?**

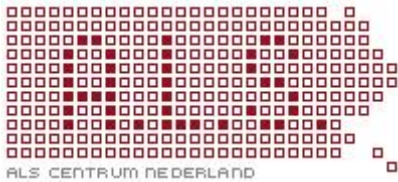
Een ergotherapeut kan op verschillende gebieden ondersteuning en begeleiding geven. Hieronder volgt een overzicht van de taken van de ergotherapeut:

- Voorlichting geven over ergotherapie en aangeven wanneer u een beroep kunt doen op de ergotherapeut.
- Advies geven over het anders doen (uitvoeren) van een activiteit of het gebruik van een hulpmiddel.
- Een hulpmiddel voor u maken of een orthese aanmeten, bijvoorbeeld een spalk voor de hand.
- Met u bespreken welke oplossingen er zijn voor de huidige (en te verwachten) problemen die u ervaart in uw woning.
- Tijdig bespreken van te verwachten problemen in het uitvoeren van handelingen en activiteiten en de aanvragen van hulpmiddelen en voorzieningen.
- Voorlichting geven over de aanvraagprocedures van hulpmiddelen of voorzieningen.
- Ondersteuning bieden bij het aanvragen van een hulpmiddel of voorzieningen bij de gemeente of zorgverzekeraar.
- Ondersteuning bieden bij het accepteren van hulpmiddelen, zonodig in samenwerking met de maatschappelijk werker en psycholoog.
- Het leren omgaan met en gebruiken van hulpmiddelen.
- Advies geven aan uw mantelzorgers en thuiszorgmedewerkers over hoe zij u het beste kunnen helpen in de verzorging.

### **Hoe kom ik bij een ergotherapeut?**

Als bij u door de neuroloog de diagnose ALS of PSMA is gesteld, wordt u doorverwezen naar een gespecialiseerd ALS team van een revalidatiecentrum of een ziekenhuis. De revalidatie arts coördineert het ALS team. U heeft eerst een gesprek met de revalidatie arts van het ALS team. Hij/zij zorgt ervoor dat u, indien nodig, een afspraak krijgt bij een ergotherapeut van het team. In het ALS team zijn 1 of meerdere ergotherapeuten werkzaam.

### **Moet ik altijd naar de ergotherapeut toe, of komt deze ook bij mij thuis?**



Ieder ALS team heeft een eigen werkwijze. Sommige ergotherapeuten komen meteen op huisbezoek al dan niet samen met een maatschappelijk werker van het ALS team. Andere ergotherapeuten nodigen u uit voor een gesprek in het ziekenhuis of revalidatiecentrum. Als u problemen ervaart met het gebruik van uw woning, komt de ergotherapeut bij u thuis om dit samen met u te analyseren. Ook wanneer het reizen voor u te vermoeiend is, bezoekt de ergotherapeut u thuis.

### **Hoe gaat een ergotherapeut te werk?**

Tijdens het kennismakingsgesprek zal de ergotherapeut informatie geven over ergotherapie en met u in gesprek gaan over de problemen die u ervaart bij dagelijkse activiteiten. Dit kan heel divers zijn, zoals bijvoorbeeld: moeite met het aantrekken van uw jas, het omdraaien in bed, het gebruik van uw computer, het smeren van brood etc. De ergotherapeut bekijkt samen met u welke mogelijkheden er zijn om het probleem op te lossen of zo klein mogelijk te maken. Ergotherapeuten zijn praktisch en probleemoplossend ingesteld.

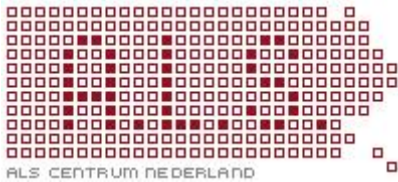
Het kan zijn dat u, net nadat de diagnose is gesteld, nog weinig hinder ondervindt bij dagelijkse activiteiten. Toch is het goed om kennis te maken met de ergotherapeut zodat u weet met welke vragen u in de toekomst bij een ergotherapeut terecht kunt.

ALS en PSMA zijn ziektes die tot steeds meer beperkingen leiden. De ergotherapeut richt zich op de problemen die u nu ervaart, maar in overleg met u worden ook problemen die u in de toekomst kunt ervaren besproken. Het is belangrijk dat de ergotherapeut weet welke activiteiten voor u van groot belang zijn om een optimale kwaliteit van leven te ervaren. Zonodig kan de ergotherapeut al acties ondernemen zodat eventueel benodigde hulpmiddelen op tijd bij u aanwezig zijn.

Een gesprek over de toekomst kan emotioneel voor u zijn; het is verdrietig om geconfronteerd te worden met mogelijke achteruitgang. Wanneer dit het geval is, is het belangrijk dat u aangeeft bij uw ergotherapeut wat u emotioneel aan kunt en waar u zich het prettigste bij voelt. Sommige mensen willen dat alle voorzieningen en aanpassingen zo snel mogelijk aangevraagd worden, andere mensen willen liever wachten totdat zij het echt nodig hebben. Het kan zijn dat de voorziening dan niet op tijd is of dat er tijdelijk een voorziening geleend moet worden.

### **Wordt ergotherapie vergoed?**

Ja, indien u in behandeling bent bij een gespecialiseerd ALS team wordt de



behandeling gedeclareerd bij uw zorgverzekering (RBU-tarief) . De revalidatiearts en het administratieve personeel vragen een machtiging aan voor de totale revalidatiebehandeling.

Indien u in behandeling bent bij een vrij gevestigde ergotherapeut wordt een maximum aantal uren vergoed door uw zorgverzekering (basispolis zorgverzekeringswet: maximaal 10 uur per jaar). Ook huisbezoeken van de ergotherapeut worden vergoed door de zorgverzekering.

### **Hoe weet ik of ik een "goede" ergotherapeut heb?**

Als u in behandeling bent van een gespecialiseerd ALS team, kunt u ervan uitgaan dat uw ergotherapeut beschikt over ruime kennis en ervaring op het gebied van ALS en PSMA.

Eventueel kunt u nog vragen aan uw ergotherapeut of zij/hij lid is van de beroepsvereniging voor ergotherapeuten ( [Ergotherapie Nederland](#)) en zo op de hoogte is van actuele beroepsontwikkelingen. Ook kunt u vragen of uw ergotherapeut geregistreerd staat bij het Kwaliteitsregister Paramedici (zie [www.kwaliteitsregisterparamedici.nl](http://www.kwaliteitsregisterparamedici.nl)).

*Laatste update: december 2009*