

[www.ergoheusel.ch](http://www.ergoheusel.ch)




**Ergotherapie am See**  
**ERGOHEUSEL**

*Kraftvoll im Leben*



## *Kraftvoll im Leben!*

 *In der ergotherapeutischen Behandlung werden fundierte medizinische Kenntnisse mit spezifischen Behandlungstechniken und sinnbezogenen Alltagshandlungen (Activities of daily living) kombiniert. Dabei betrachten wir die Situation bezogen auf alle Lebensbereiche.*

*Die Ergotherapie ist ein wichtiger Bestandteil in der Prävention und Rehabilitation. Behandelt werden Beeinträchtigungen infolge von Krankheit und Unfall.*

*Mit meinem qualifizierten Team unterstütze ich seit 1999 Menschen im Raum Kreuzlingen und Arbon.*

*Ihre Luitgard Heusel*

.....  
\* LEBENSBEREICHE \*  
.....

## *Am Leben teilnehmen!*

### 1. Selbstversorgen

Wir klären ab, ob der Klient, z. B. nach Schlaganfall, tägliche Aktivitäten selbstständig erledigen kann.

### 2. Produktivität

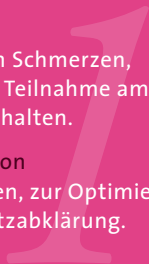
Wir beraten und behandeln Klienten, z. B. nach einem Unfall, zur Reintegration in den Beruf und das häusliche Umfeld.

### 3. Freizeit / Erholung

Wir entwickeln und üben bei z. B. chronischen Schmerzen, Möglichkeiten der Freizeitgestaltung, um die Teilnahme am sozialen Leben zu fördern bzw. aufrecht zu erhalten.

### 4. Gesundheitsförderung und Primärprävention

Wir beraten, z. B. Rückenpatienten oder Firmen, zur Optimierung von Arbeitsabläufen, mittels Arbeitsplatzabklärung.



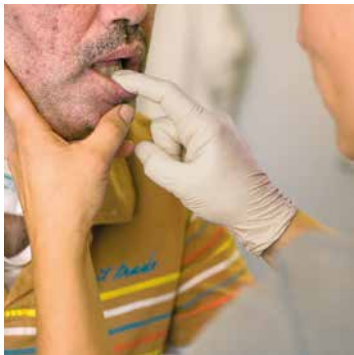
.....  
\* HANDCHIRURGIE \*  
.....

## *Das Leben wieder (selbst) in die Hand nehmen!*

Durch Erkrankungen, Verletzungen der Hand, wie z. B. schnellender Finger, Amputationen, Sehnenverletzungen, periphere Nervenläsionen u.v.m. ist der Mensch „ge-handicapt“ – Handeln wird schwierig.

**Wir unterstützen mit manuellen, funktionalen und berufsbezogenen Behandlungsansätzen:**

- >> Individuelle Schienenanpassung (statisch und dynamisch)
- >> Manuelle Techniken und tonusregulierenden Techniken (z. B. Myoreflextherapie)
- >> Verbesserung der Feinmotorik und Geschicklichkeit
- >> Narbenbehandlung (Hentschel-Hölzli, spez. Narbentechniken)
- >> Funktionale Therapie (Einsatz bei konkreten Tätigkeiten)
- >> Gelenkschutz und Hilfsmittelberatung
- >> Sensibilitätstraining



.....  
\* NEUROLOGIE \*  
.....

## *Neue Wege beschreiten!*

*„Schlagartig ist das Leben verändert!“*

Wir unterstützen z. B. bei Schlaganfall, Schädelhirntrauma, MS und Parkinson mit dem Ziel von Erhalt und Verbesserung der Selbstständigkeit\* für ein Leben in Würde. Die individuellen Bedürfnisse und persönlichen Ziele gestalten zu einem grossen Teil die Therapie.

### **Wir unterstützen mit bewährten Konzepten wie:**

- >> Affolter
- >> Bobath
- >> Perfetti
- >> Hirnleistungstraining (auch computergestützt)
- >> Training der täglichen Aktivitäten
- >> FOTT (Mundbehandlung bei Schluckbeschwerden)

*\* In Zusammenarbeit mit ambulanten Pflegediensten und Kinästhetic-Instruktoren*

.....  
\* RHEUMATOLOGIE \* GELENKSCHUTZ \*  
\* HILFSMITTEL \*  
.....

## *Hilfe zur Selbsthilfe*

Wir unterstützen durch Kompetenzschulung. Neben theoretischen Inhalten und manuellen Techniken werden individuelle Übungsprogramme vermittelt. Beispielsweise Gelenkschutz erhält die Gelenke über lange Zeit funktionsfähig und (relativ) schmerzfrei.

Hilfsmittel machen eingeschränkte Handlungen im Alter, nach Unfall oder Krankheit wieder möglich. Sie unterstützen die Selbstständigkeit und (Re-)Integration im familiären, sozialen oder beruflichen Bereich.

Mit dem Ziel zum Erhalt der grösstmöglichen Selbstständigkeit.

*In enger Zusammenarbeit mit der Rheumaliga Schweiz.*  
[www.rheumaliga.ch](http://www.rheumaliga.ch)





## *Das Leben umarmen!*

Persönliche Erlebnisse nehmen in unserem Körper Gestalt an und werden über Haltung, Gestik und Mimik ausgedrückt. Belastungen, wie Stress, Verluste, permanenter Zeitdruck, unverarbeitete Erlebnisse können Körpersymptome entstehen lassen. Psychische Krankheiten, altersbedingte psychische Störungen beeinträchtigen die Handlungsfähigkeit.

### **Hier unterstützen wir durch:**

- >> Coping-Strategien
- >> Myoreflextherapie
- >> Entspannungstraining
- >> Tagesstrukturierung
- >> Gruppenbehandlungen\*  
(Malen, Alltagstätigkeiten, Handwerk oder Tagesreha)
- >> Berufliche Wiedereingliederung
- >> Yoga

*\* Angebote nur bei ausreichenden Anmeldungen.*



- .....
- \* DOMIZILBEHANDLUNGEN \*
  - \* ANGEHÖRIGENBETREUUNG \*
- .....

## *Die Basis stärken!*

Therapie im häuslichen Umfeld ist sinnvoll bei Einschränkungen der alltäglichen Handlungen.

Hier unterstützen wir, um den Alltag\* wieder zu meistern, z. B.

- >> beim Kochen
- >> Erarbeiten von Tagesstrukturen
- >> Heimabklärungen
- >> Sturzprophylaxe
- >> bei der Körperpflege

Angehörige leisten einen bewundernswerten Beitrag in der häuslichen Pflege. Diese Ressourcen stärken und unterstützen wir durch Kompetenzschulungen, wie:

- >> themenbezogene Beratungen
- >> rückengerechtes Verhalten
- >> Erarbeitung von optimalen Bewegungsabläufen\*

*\* In Zusammenarbeit mit ambulanten Pflegediensten und Kinästhetics-Instruktoren.*

.....  
\* BERUFL. WIEDEREINGLIEDERUNG \*  
\* ERGONOMIE \*  
.....

## *Rasche und erfolgreiche Rückkehr an den Arbeitsplatz*

Wir unterstützen die Eingliederung in das Berufsleben nach Unfall oder Krankheit in Zusammenarbeit mit dem Klient, Arbeitgeber, Arzt und Case- / Caremanager der Versicherungen. Auch Berufskrankheiten wie Überlastungssyndrome, z. B. bei Berufsmusikern oder bei repetitiven Bewegungsabläufen werden genau betrachtet, behandelt und nach individuellen Entlastungsmöglichkeiten gesucht.

### **Die Aufgabenbereiche umfassen:**

- >> Arbeitsplatzabklärung
- >> Arbeitsplatzanalyse
- >> Wiedereinstellungsplan
- >> Arbeitsintensivtraining
- >> Rückenschulung
- >> Verhaltens- und Verhältnisorientierte Massnahmen



.....  
\* MYOREFLEXTHERAPIE \*  
.....

## *Spannungen hinter sich lassen*

Die Myoreflextherapie ist eine Methode zur Behandlung und Vorbeugung von muskuloskelettalen Beschwerden und chronischen Schmerzen. Persönliche Erlebnisse nehmen in unserem Körper Gestalt an und werden über Haltung, Gestik und Mimik ausgedrückt. Die Myoreflextherapie wirkt tonusregulierend.

### **Die Myoreflextherapie ist wirksam z. B. bei:**

- >> Muskulären Verspannungen durch Überbelastung
- >> Schwindel, Tinnitus und Koordinationsstörungen
- >> Arthrosen
- >> der Nachbehandlung von Verletzungen und Operationen



---

## \* NARBENBEHANDLUNG \*

---

### *Elastisch und beweglich bleiben*

Der Körper reagiert auf jede grössere Hautverletzung (nach Operationen, Verbrennungen, Unfällen) mit der Bildung von Narbengewebe. Narben sind oft weniger elastisch, da sie aus meist festem Bindegewebe bestehen. Narben verursachen Jucken, Spannungsgefühle, Missempfindungen und führen bei Gelenknähe oft zu Bewegungseinschränkungen.

#### **Wir unterstützen mit folgenden Behandlungsansätzen:**

- >> Haltungsschulung (Vermeiden von Schonhaltungen)
- >> Matrix-Rhythmus Therapie
- >> Manuelle Techniken und Hentschel Hölzi Konzept
- >> Ultraschall und Lasertherapie
- >> Schienenherstellung: Korrektur der Gelenkstellung oder zur Kompression des Narbengewebes
- >> Gelenkschutzmassnahmen, ggf. Hilfsmittelberatung



## **Ergotherapie am See** **ERGOHEUSEL**

### **Kreuzlingen:**

Nationalstrasse 26  
8280 Kreuzlingen  
Telefon 071 670 07 88  
Mobil 079 766 00 88  
Telefax 071 671 26 47  
ergoamsee@hin.ch  
www.ergoamsee.ch

### **Arbon**

Hauptstrasse 1  
9320 Arbon  
Telefon 071 440 10 36  
ergoamsee@hin.ch  
www.ergoamsee.ch