

PERSPEKTIVEN

Newsletter des Instituts für Physiotherapie Nummer 1 – Oktober 2022

Liebe Mitarbeitende des Instituts für Physiotherapie

Auf Initiative von Norbert Hindenberg aus dem Team Physiotherapie Lory wurde für euch der erste Newsletter des Instituts zusammengestellt.

Ziel der Newsletters ist, euch auf «luftige» Art und Weise über verschiedene Aspekte der verschiedenen medizinisch-therapeutischen Professionen und Personen an den 6 Standorten der Inselgruppe zu informieren. Interessantes, Lustiges, Unerwartetes, Berührendes. Geschichten von euch, für euch!

Geplant sind ca. 3 Ausgaben pro Jahr. Dabei sind wir auf eure Text- und Bildbeiträge angewiesen!

Möchtest du etwas zum nächsten Newsletter beitragen? Dann schicke deinen Vorschlag bitte an folgende Emailadresse:

physio.sekretariat@insel.ch.

Ich wünsche gute und unterhaltsame Lektüre!

Kollegiale Grüsse,

Martin Verra
Institutsdirektor

Ergotherapie – Geriatrische Rehabilitation Belp

Gartenaktivitäten als sinnvolle Betätigungen in der Ergotherapie.

Als Ergotherapeutinnen in der geriatrischen Rehabilitation in Belp ist uns die Förderung und grösstmögliche Erhaltung der Selbständigkeit im Alltag der Klientinnen und Klienten und die Erhöhung ihrer Lebensqualität wichtig. Dies gelingt durch das Üben von sinnvollen und alltagsnahen Betätigungen.

Das Canadian Model of Occupational Performance and Engagement (CMOP-E), ein ergotherapeutisches Modell, stellt den Menschen mit seinen Betätigungen dar (Townsend & Polatajko, 2007). Die Person steht in diesem Modell im Zentrum, womit die Klientenzentrierung hervorgehoben wird. Die Klientinnen und Klienten werden bei uns in den Entscheidungsprozess einbezogen und ihre Interessen und Fähigkeiten berücksichtigt. Zudem zeigt das CMOP-E auf, wie Betätigung nebst persönlichen Komponenten auch durch Umweltfaktoren beeinflusst wird.

Wir sind in der privilegierten Lage, dass unsere hellen Therapieräume einen einfachen Zugang zum Garten haben. Gleich neben dem Hochbeet im Aussenbereich sind der Therapiebriefkasten und das Regal mit Holzscheiten zu finden. Die Höhe des Hochbeets ist ideal, um im Stehen zu arbeiten. Bei Bedarf bietet es eine stabile Haltemöglichkeit. Für Klientinnen und Klienten, die zu Beginn der Rehabilitation noch nicht fit genug für eine Aktivität im Stand sind, bieten sich auch Gartenaktivitäten im Sitzen an, wie Töpfe mit Erde befüllen, Samen aussäen oder Tomaten pikieren.

Für Klientinnen und Klienten einer Rehabilitationsklinik in einer ländlichen Umgebung sind das alles Tätigkeiten, die von zu Hause vertraut sind und die sie bis vor Spitaleintritt häufig selbständig ausgeführt haben. Meistens möchten unsere Klientinnen und Klienten nach dem Reha-Aufenthalt wieder in der Lage sein, solche für sie bedeutungsvolle Arbeiten aufzunehmen.

Entsprechend gross ist die Motivation zum Gärtnern, Briefkasten leeren oder Holz zum Heizen zu transportieren. Die Freude am Resultat zeigt sich in einem Lächeln auf dem Gesicht oder der Erkenntnis, dass die Kräfte für die vertrauten Arbeiten zu Hause ausreichen. Häufig vergeht für die Klientinnen und Klienten die Therapiezeit wie im Flug, ohne dass Schmerzen, geringe Ausdauer und Belastbarkeit im Vordergrund stehen.

Die auf dem Foto abgebildete Klientin fasst dies treffend zusammen: «Die Therapie im Garten finde ich eine ganz gute Sache. Habe Zuhause auf dem Balkon auch Pflanzen, zu denen ich schaue, fast wie zu Kindern, um welche man sich sorgt. Und dies tut einem auch psychisch gut.».

Marietta Sutthaloung
Team Ergotherapie Belp



Wir sind überzeugt, dass die Erkenntnisse aus alltagsnahem Training in der Ergotherapie zu Hause in den Alltag integriert werden können. Wichtig ist dabei auch die gemeinsame Auswertung der Therapie mit den Klientinnen und Klienten, damit sie lernen sich besser einzuschätzen, Strategien kennen und wissen, wo sie Hilfe beanspruchen und was sie in ihrem Alltag selbständig anpacken können.

Quelle:
Townsend, E. A. & Polatajko, H. J. (2007). Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-Being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications

«Nun spüre ich wieder, dass ich lebe.»

Abteilung Psychosomatik, Lory Haus

Stationärer Patient auf der psychosomatischen Abteilung im Lory-Haus mit einer somatischen Belastungsstörung und einer rezidivierenden depressiven Störung.

Im Lory-Haus freut sich das Physiotherapie-Team über die neue Kletterwand. Für die meisten Patientinnen und Patienten ist das Klettern neu. Es ermöglicht ihnen, in einem sicheren Rahmen physische wie psychische Grenzen zu überschreiten und wieder zurück in ein Gleichgewicht zu kommen. Passend für das psychosomatische Patientengut kann die Wahrnehmung geschult werden und im Idealfall Freude an der Bewegung vermittelt werden.

In der Schweiz gibt es noch kaum ähnliche Angebote. In Deutschland und Österreich gibt es im Vergleich bereits mehrere Praxen und teils Kliniken, die therapeutisches Klettern für Personen mit psychischen Erkrankungen anbieten.

Felicia Bieri
Dipl. Physiotherapeutin
Physiotherapie
C.L.Lory-Haus



Meine PhD-Defense



Am 14. April 2022 war es soweit, ich durfte meine Doktorarbeit «Frühes Training auf der Intensivstation» an der Maastricht Universität verteidigen. Die einstündige Zeremonie vereinte Prüfung und Feier. War mir am Vortrag eher noch nach Prüfung zumute, kam zur Verteidigung dann doch noch Feierlaune auf. Endlich durfte ich zeigen, was ich in den letzten Jahren alles geleistet habe: sechs Publikationen als Erstautorin, darunter eine randomisierte kontrollierte Studie mit 130 kritisch kranken Personen über frühes Ausdauer- und Krafttraining auf der Intensivstation.

Zudem haben wir das CPAX Assessment zur Messung der körperlichen Funktion und Aktivität validiert. Ich habe viel über Methodologie, Statistik und Projektmanagement gelernt.

Die kritische Fragerunde verging entsprechend rasant schnell, fast gerne hätte ich noch weiter zum Thema diskutiert, aber irgendwann ist ja auch mal Zeit um anzustossen 😊.



Vielen herzlichen Dank an alle, welche mich auf meinem Weg begleitet haben!

Sabrina Grossenbacher
Therapieexpertin Physiotherapie
Fachteam Respiratory

Ausbau Neurorehabilitation Riggisberg

Die Neuroreha in Riggisberg wird fleissig aus- und umgebaut. Um den zusätzlichen Patienten Therapiemöglichkeiten anbieten zu können, werden im ehemaligen Personalhaus künftig Therapien stattfinden. Für die Physiotherapie entsteht aus drei kleinen Maisonette-Personalzimmern ein grosser Therapieraum mit hohen Decken.



Wie man auf dem Bild erkennen kann, sind die Bauarbeiten in vollem Gange und es ist schon zu erahnen, wie es zukünftig aussehen wird.

Die hohen Decken haben den Vorteil, dass wir nun genügend Platz für unser hochmodernes Laufband haben, welches nun endlich den Weg nach Riggisberg schaffen wird.

Zusätzlich profitieren unsere Patienten neu von einer Kletterwand, so dass sie ihre Kletterversuche nicht nur vertikal, sondern auch horizontal und über eine Ecke ausüben können.

Im Sommer werden die Patient/innen im Therapieraum, der sich im Dachgeschoss ohne grosse Luftzirkulation befindet, bestimmt stark ins Schwitzen kommen.



Dafür können sie in den Pausen über die Fensterfront die phantastische Aussicht auf den kühlen Thunersee und das ganze Bergpanorama geniessen. Dabei wird die ganze Anstrengung bestimmt schnell wieder vergessen gehen. Wir freuen uns schon sehr auf die vielen tollen Momente, zusammen mit den Patient:innen in den neuen Räumlichkeiten.

Tina Kuonen- Giger
Teamleitung
Physio Riggisberg

Martial Arts im Lory - Inselspital

Seit bald zehn Jahren wird im Lory einmal in der Woche geschwitzt, gekickt, auf Kissen geschlagen und mit Partner trainiert. Oft beginnt die erste Lektion mit einem mulmigen Gefühl im Bauch. Kampfkunst-Gruppe? Karate-Training? Die andern, ja. Aber ich doch nicht!?! Nach erstem Zweifel überwiegt schon kurze Zeit später die Freude am Neuen, der Spass am Kicken, am Auspowern, am Kämpfen - mit und gegen den Andern, und vor allem gegen sich selbst. Hochmotiviert, achtsam und konzentriert ist man dabei, zusammen und doch jeder für sich alleine. Viele sind bereits in ihrer Kindheit oder Jugend mit Karate, Judo, Aikido oder Taekwondo in Berührung gekommen, haben diesen Weg manchmal über Jahre begangen und aus unterschiedlichsten Gründen unterbrochen.

Und so freut es umso mehr, dass sie diesen Weg nun wiederaufnehmen können – bei uns im Lory, im Inselspital.



Im September 2003 habe ich bei Budo Arts Basel mit dem Karate-Training begonnen. Seither trainiere ich unter Shihan Pavao Piacun, 9. Dan und Pionier des heutigen Karate Do in der Schweiz. Durch sein unermüdliches Lehren bringt er seine Schüler dazu an ihre Grenzen zu gehen, mit dem Ziel «Mushin» zu erreichen - den freien Geist, die Harmonie von Körper und Geist. Nicht aufgeben, aufstehen und weitermachen, mit Niederlagen umgehen und an das Gute Glauben. Diese Grundhaltung den Patienten und Schülern zu vermitteln, sie dabei zu begleiten und unterstützen ist mein Beitrag auf diesem Weg.

Seit 2011 führe ich mit meinem Mann zusammen die Karateschule Tatsudojo in Bern.

Claudia Abbatiello-Heim, 5. Dan Shisui Ryu Karate-Do STKF
www.tatsudojo.ch
Physiotherapie C.L. Lory-Haus
Kampfkunst-Gruppe, wöchentlich montags von 9.30h – 10h in der Turnhalle Anna-Seiler-Haus

Dienstjubiläen am Institut

30 Jahre

Trix Kobi (Hand)

Erika Schenker (Inselfit)

25 Jahre

Ester Marigliano (Neuro)

Erika Rohner (Neuro)

Claudia Susanne Scherrer (Pädiatrie)

Irène Thaler (Neuro)

20 Jahre

Nathalie Matter (Belp)

Marcel Fehlmann (Münsingen)

Maja Stoll Horn (Frauenklinik)



**Wir gratulieren –
herzlichen Dank für euer Engagement !**

Last but not Least

Direktor Martin Verra erhält seinen PD per 01.11.2022!!

PD Dr. Martin Verra

