

Ergotherapie en Parkinson

op 26 mei 2017 gepresenteerd door Lidwien Arts en Karin Kusters

Bij binnenkomst is het voor de ruim 70 gasten van het Parkinson Café Nijmegen onmiddellijk duidelijk: deze middag wordt er veel informatie gegeven en worden er hulpmiddelen getoond, die het uitvoeren van dagelijkse activiteiten van mensen met Parkinson in meerdere of mindere mate gemakkelijker kunnen maken en de rol van een ergotherapeut hierbij.

Lidwien Arts heeft een ergotherapiepraktijk voor Nijmegen en omgeving, Karin



Kusters is hier ook werkzaam. Zij zijn aangesloten bij het ParkinsonNet. De behandeling gebeurt aan huis bij de zorgvrager, de doelgroep is 18 jaar en ouder.

Sinds twee jaar heeft een zus van Lidwien Parkinson en daardoor is de benaderingswijze van Lidwien beïnvloed. De raakvlakken (ook emotioneel) die zij met de Parkinsonpatiënt, die haar hulp heeft ingeroepen, deelt, vormen vaak de basis van openheid en vertrouwen.

Wanneer ergotherapie?

In Nijmegen zijn meerdere ergotherapiepraktijken en enkele tientallen aanwezigen hebben contact gehad met een ergotherapeut. De aandachtsgebieden, die door mensen in de zaal werden genoemd en voor hen belangrijk zijn: zelfstandig kunnen eten, fietsen, in en uit bed komen, slapen, computeren, scootmobiel rijden, communiceren. Maar ook valpreventie, “leren” vallen en opstaan na het vallen. Vaak gaat het zichzelf aan- en uitkleden en wassen moeilijk, zijn er problemen bij het uitvoeren van huishoudelijke klussen en bij het werk, hobby's en sporten, bij het reizen/vervoer, in de sociale contacten, gebruik van tablet en telefoon, het innemen van medicatie enz.

Deze handelingen kunnen worden beïnvloed door moeilijk kunnen bewegen, traagheid in handelen en denken, minder flexibel zijn, één ding tegelijkertijd kunnen doen, vermoeidheid, stemming/emotie.

Procedure en doelen

Wanneer de hulp van de ergotherapeut is ingeroepen gaat Lidwien als volgt te werk (in de regio Nijmegen is deze benaderwijze in het algemeen hetzelfde bij de diverse praktijken):

- Intake gesprek van ongeveer een uur
- Indien van toepassing: overleg met mantelzorg en betrokken zorgverleners
- Observatie van handelen
- Behandelplan en doelen vaststellen.

De doelen kunnen dan o.a. zijn:

- Aanpassen van handelen (plaats, volgorde, tijdstip, beweging)
Opnieuw leren van een handeling
Gebruik hulpmiddelen
- Aanpassen van omgeving
- Advisering/instructie mantelzorg
- Preventie: bijv. valpreventietraining
- Ondersteuning bij aanvraag/aanschaf hulpmiddelen (eerst uitproberen)
- Opstellen advies voor zorgverzekering of WMO.

Grotere hulpmiddelen zijn vaak duur om aan te schaffen en zeker als ze niet bevallen of niet worden gebruikt is zelfs een paar Euro zonde van het geld. Daarom kunnen hulpmiddelen bijna altijd eerst in bruikleen worden uitgete probeerd via een ergotherapeut.

Samenwerking

De ergotherapeut werkt zo nodig ook samen met een fysiotherapeut of logopedist, omdat bepaalde problemen raakvlakken kunnen hebben met meerdere vakgebieden.

Wanneer bijvoorbeeld bewegingsproblemen kunnen worden verbeterd door oefeningen bij de fysio-, kan daarnaast de ergotherapeut aanvullend adviseren en oefenen in de

thuisituatie of advies geven bij het aanschaffen van hulpmiddelen. Bij bijvoorbeeld (ver)slikproblemen kan de ergotherapeut houdingsadviezen geven en hulpmiddelen aanraden maar bij veelvuldig verslikken neemt de logopedist de behandeling over.

Voorbeelden van bewegings- en houdingsaanwijzingen en hulpmiddelen in praktische situaties:

- *in en uit bed komen* → een bedbeugel of pakpaal, of een hoog/laagbed, gladde (zijden) lakens. Soms anders bewegen: op handen en knieën het bed in.

- *omdraaien in bed* → zijden pyjama

(belangrijk om een eventuele partner erbij te betrekken en misschien besluiten dat apart slapen beter is), gladde lakens.



- *eten* → allerlei soorten bestek, mokken, glazen, servies, een “arm” waarmee de lepel naar de mond gebracht kan worden enz. Maar ook zelf (goedkope) oplossingen bedenken: stuk isolatiebuis of postelastiek wikkelen om het heft van een mes of steel van vork/lepel.

- *sociale contacten* → bij grotere groepen aan de rand van de kamer gaan zitten, op tijd komen om een goede plek te “veroveren”

- *tablet/(mobiele) telefoon* → er bestaan aangepaste apparaten en de ergotherapeut kan helpen met het leerproces

- *opstaan uit stoel/bank* → zitting aanpassen, minder naar achter hellend maken, leren opstaan in samenwerking met fysiotherapeut, een aangepaste stoel met zijondersteuning, draaikussen (vooral ook bij in en uit de auto stappen)

- *lopen/rijden* → speciale Parkinsonrollators (in handvatten knijpen om te kunnen bewegen), een laserstraal geprojecteerd op de grond bij op gang komen met “freezing”, scootmobiel (aanvraag en ermee leren omgaan met hulp van ergotherapeut), fiets met lage instap of driewieler.

- *persoonlijke verzorging* → hulpmiddelen bij het aankleden, badbeugel, badzitje, stoel voor de wastafel, toilet met douchestraal en föhn
Dit zijn slechts voorbeelden van de vele mogelijkheden.



Hulpmiddelen en vergoeding

- Zorgverzekering:
 - kortdurend gebruik (half jaar) van bijvoorbeeld krukken, een hoog/laagbed, toiletverhoger, rolstoel: geen kosten voor gebruik. Bij een rollator dient er soms wel huur te worden betaald.
 - langdurig gebruik (langer dan half jaar) van bijvoorbeeld hoog/laagbed, speciale lakens en kussens, een Parkinsonrollator, hulpmiddelen bij het eten, aangepaste stoel: op basis van eventueel het advies van een ergotherapeut volgt de indicatiestelling. Bij een positief besluit wordt het hulpmiddel op basis van uitleen langdurig verstrekt en zijn er geen kosten aan verbonden. Een gecontracteerd bedrijf levert de hulpmiddelen, die eigendom blijven van de leverancier, die dan ook verantwoordelijk is voor het onderhoud.
 - kortingsregeling bij aanschaf van kleine hulpmiddelen: dit verschilt per zorgverzekering.
- WMO:
 - Bij het Sociaal Wijkteam wordt de aanvraag ingediend (eventueel door ergotherapeut opgesteld), daarna beoordeelt de WMO- functionaris van de gemeente de aanvraag voor bijvoorbeeld een traplift. Soms volgt er een huisbezoek. Op basis van de beoordeling volgt er wel of geen verstrekking van de gevraagde voorziening.
Gemeente vergoedt geen losse beugels, losse stoelen e.d..
 - De gemeente beoordeelt de aanvraag: is er voorliggend een voorziening mogelijk (bv zelf een kleinere damesfiets kopen)?, wat is de goedkoopste adequate voorziening? Is de woning geschikt voor je gezondheidssituatie? Vervoersvoorzieningen vallen ook onder de gemeentelijke regeling: aangepaste fietsen, scootmobielen en rolstoelen.
De voorzieningen die door de gemeente worden verstrekt, blijven eigendom van de leverancier die ook aansprakelijk is voor het onderhoud.
 - Het landelijke CAK stelt de hoogte van de eigen bijdrage vast, afhankelijk van het inkomen. Voor een periode van maximaal 7 jaar wordt een maandbedrag berekend.
- Ondersteuning en advies ergotherapeut

De ergotherapeut kan een belangrijke rol spelen wat betreft advies over de benodigde hulpmiddelen en bemiddeling bij de wachtlijst door – zo nodig – urgentie aan te vragen.

De hele aanvraagprocedure kan vaak lang duren (wachtijd voor 1^e afspraak soms 8 weken).

De gemeente blijft verantwoordelijk voor de aanvraag en het besluit.

Contact zoeken met een ergotherapeut

Er zijn verschillende mogelijkheden om in contact te komen:

- via www.parkinsonconnect.nl zelf een ergotherapeut zoeken
- via huisarts of specialist
- via andere zorgverlener vanuit Parkinsonnet
- via de zorg of sociaal wijkteam

Vergoeding ergotherapie

Per kalenderjaar:

- 10 uur vanuit de basisverzekering, verrekening met wettelijke eigen risico (2017: € 385,00)
- soms extra uren uit aanvullende verzekering

Aanmelden bij ergotherapeut

- Met machtiging van de huisarts of specialist, met name bij huisbezoek
- Rechtstreeks via Directe Toegankelijkheid (afhankelijk van zorgverzekering)
- Via zorgverleners: bv. fysiotherapeut, wijkverpleegkundige, thuisbegeleiding, ouderenadviseur, psycholoog

Aanmelden bij Lidwien Arts:

- Telefonisch: 06 – 36 496 772
- Email: info@ergotherapie-nijmegen.nl



Lidwien heeft de bezoekers veel informatie kunnen geven over de rol die een ergotherapeut kan spelen bij het weer mogelijk maken van zinvolle dagelijkse activiteiten. De vele hulpmiddelen die zij heeft meegebracht, werden in de pauze met veel belangstelling bekeken, waarbij Lidwien en Karin uitleg gaven (zie foto hiernaast). Beiden heel veel dank voor de bijdrage in het Parkinson Café Nijmegen.

*Tekst: Hilde Wijngaards- Berenbroek
Foto's: Guus Wijngaards*

