

La lunga via enavos

Mangiar cun cuntè e furtgetta, sa trair en u scriver ina brev sin il computer – per umans cun in'auta paralisa pon las chaussas las pli simplas dal mintgadi esser fitg stentusas. En quest punct da la rehabilitaziun cumplessiva cumenza l'ergoterapia en il Center svizzer dals paraplegichers a Nottwil. Cun in trenament intensiv e regular reusseschi bunamain adina da render als pertutgads ina part da las funcziuns «persas» e damai da far vegnir els puspè pli independents.

JOHANNA ZWARG, DIANA NIX
Ergoterapia, Center svizzer dals paraplegichers Nottwil

Una greva blessura da la spina dorsala cun donns dal magugl dal dies en il sector dal culiez ha consequenzas fatalas. Il pacient perda en la gronda part dals cas tut las funcziuns impurtantas da las extremitads superiuras, u la mobilitad da quellas è reducida considerablamain. Cur che Cyrill

Guyer è arrivà, suenter in accident cun moto, en il Center svizzer dals paraplegichers a Nottwil, n'aveva el nagin sentiment pli en las chommas ed en la bratscha. Oz viva l'um da 26 onns, ori-

und da Gerolfingen BE, en ina cuminanza d'abitar e sa prepara per il return en la vita professiunala.

La via enavos en la vita da mintgadi è dentant stada lunga e stentusa. La gronda part dal temp durant il segiurn da 10 mais en la clinica speziala ha il serrer da construcziun en metal passentà en l'ergoterapia. Quella ha ina funcziun centrala en la rehabilitaziun cumplessiva da para- e tetraplegichers. Qua vai per insatge existenzial: numnadamain da cuntanscher puspè tanta independenza sco pussaivel en il mintgadi. E pli baud ch'ins cumenza cun l'ergoterapia e meglras ch'èn las schanzas per in success. Perquai vegnan fatgs ils emprims discurs cun il pacient e sclerids ils basegns gia sin la staziun intensiva.

Il pli impurtant tar ils pazients tetraplegics èsi da trenar, sche pussaivel, il maun uschia ch'el po surpigliar pli tard puspè diversas funcziuns, malgrà la detta paralisa. Per mantegnair la movibladad da las giugadi-

«Grazia a l'ergoterapia poss jau duvrar il computer e ma mover independentamain.»



Trair a niz la novissima tecnica: Cyrill Guyer manischescha ses computer cun ina mieuir dirigida cun radis infracotschens.

ERGOTERAPIA

ras èsi da determinar la posiziun ideala individuala da las spatlas, da la bratscha e dals mauns. Resguardond las activitads anc existentas dals muscels, vul ins cuntanscher cun quai ina funcziun optimala. Sco dapertut vegn la terapia era qua adattada cuntinuadamain al stadi actual da la rehabilitaziun. Per eruir quel vegn la forza musculara controllada regularmain.

Ils pazients vegnan er mess uschè baud sco pussaivel en la sutga cun rodas. Per ch'il vehichel possa vegnir equipà ed adattà a moda optimala, ston ins resguardar facturs sco la ladezza e la profunditad dal sez, l'auztezza da la spunda ed il punct da cupitga.

En cas ch'il seser chaschuna problems da la pel, pon ins localisar ils puncts periclitads cun ina matra dirigida dal computer per mesurar la pressiun. Sin fundament dals resultats vegn lura elegì il plimatsch adequat. Ultra da quai èsi impurtant dad adina puspè controllar la posiziun da seser per evitar uschia eventualas consequenzas tardivas, sco per exempel posiziuns falladas u contracturas.

Cumpensar cun trics e meds d'agid

Bler temp e gronda pazienza dovra il trenament da la musculatura innervada. Funcziuns activas persas da las extremitads



Experientscha da success: Il «maun da funcziun» permetta da tschiffar en diversas modas.

TGE È ERGOTERAPIA?

Il pled ergoterapia deriva dal grec «ergon» (lavor, activitad) e «therapeia» (tgira, tractament) e stat per in tractament medicinal cumplessiv che cumpiglia aspects psicologics, pedagogics e socials. L'ergoterapia vegn applitgada tar pazients ch'èn restrenschids en lur capacitad d'agir, saja quai tras malsogna u accident u tras disturbis



Transfer en l'auto: Esser mobil vul dir pudair participar a la vita.

socials u dal svilup. La finimira da l'ergoterapia è da contribuir al process da guariziun, a l'activaziun ed a la rehabilitaziun dals pazients e da promover surtut lur independenza. La participaziun activa dals pertutgads è fitg impurtanta per il decurs dal process e per l'organisaziun da lur vita da mintgadi.

Scolaziun cumplessiva

La scolaziun d'ergoterapia è pretensiusa. La premissa per far ina tala scolaziun è in diplom da scola media, in emprendissadi professional terminà da trais onns sin stgalim secundar, sche pussaivel cun maturitad professiunala u ina basa equivalenta. La scolaziun professiunala suandanta, che cumpiglia tant l'instrucziun da scola sco era divers praticums, dura trais onns e vegn terminada cun in diplom reconuschì da la confederaziun.

superiuras vegnan integradas durant emnas e mais en las activitads dal mintgadi, e per part emprendidas da nov cun moviments da cumpensaziun e da tric. Parallelamain emprov'ins da chattar ils meds d'agid adattads; sche necessari pon ins era sviluppar u modifitgar quels sez, resguardond il suandant princip: uschè bler sco necessari, uschè pauc sco pussaivel. Sco proxim pass cumenza lura il trenament dals divers transfers (sutga cun rodas – letg, sutga cun rodas – auto etc.). Per part èsi indispensabel da duvrar aissas da glischnar u indrizz electric per dauzar pazients. En la fasa suandanta, l'instrucziun pratica per gidar sasez, tanscha il spectrum dals exercizis davent dal lavar dents sur il sa trair en fin al cuschnar ed al sriver. Per tetraplegichers na po il sriver betg mo esser difficil u fitg stentus, mabain schizunt impussibel. Ma per il solit chatt'ins, grazia a l'electronica, er en il



mender cas ina via. Computers modificads spezialmain pon ins duvrar oz via radis infracotschens cun moviments dal chau u cun ina mieur dirigida da la lieunga.

Blera lavur ordaifer la clinica

Sper il vast program obligatori durant il segiurn en la clinica na dastg'ins betg emblidar ch'i dat era ordaifer la clinica ina massa da far per garantir in return senza pli gronds obstachels en la vita da mintgadi. A chasa, al plaz da lavur u en la chasa da scola èsi per regla necessari da far tschertas adattaziuns u construcziuns novas, per ch'ìls umans en sutga cun rodas hajan dapertut liber access. Sumegliant èsi cun ils vehichels a motor. Pudair ir sez cun auto, quai dat a las personas paraplegicas l'indipendenza e la mobilitad necessaria per s'integrar puspè en il mintgadi. Ils spezialists da l'ergoterapia en il Center svizzer dals paraplegichers Nottwil pon quintar – er en quels regards – cun la cussegliaziun e

l'agid dad experts cumpetents entaifer las atgnas organizaziuns. Ensemen cun il Center per la construcziun senza obstachels a Muhen AG, ina partiziun da l'Associaziun svizra dals paraplegichers, sco era cun las personas pertutgadas e lur confamigliars sa stent'ins d'eruir, da planisar e realisar aduras tut las mesiras da construcziun necessarias. La Paramobil SA Nottwil, spezializada per la transfurmaziun da vehichels, ed



Autras mesiras: Quai che sa chapiva da sasez, daventa ina sfida e sto vegnir emprendi da nov en il trenament per il tegnaichasa e per l'agid a sasez.



ERGOTERAPIA



Enavos en la vita: Agids da scriver, moviments da tric ed in diever optimal da la sutga cun rodas dattan tanta independenza e qualidad da viver sco pussaivel, malgrà il grev impediment corporal.

«Il diever autonom dal computer ma dat la pussaivladad da lavurar puspè e da tgirar contacts socials era via e-mail. Quai munta per mai qualidad da vita.»

in scolast d'ir cun auto per personas cun handicap gidan er activamain a sclerir ils basegns ed a far las adattaziuns tecnicas necessarias per equipar ils autos da personas impedidas.

Pitschens pass, grond effect

Tut en tut po in grond dumber da mesiras differentas en blers pitschens pass meglierar marcantamain la situaziun mumentana e las perspectivadas d'in pazient. Cyrill Guyer ha a l'entschatta stuì manar sia sutga cun rodas



speczial e cun ses mintun, uss po el far quai cun ses maun. Anc avant in pèr mais al pareva l'avegnir plitost intschert, uss dentant è el vidlonder da far ina scolaziun da disegnader CAD. Ditg èsi stà fitg grev per el da mantegnair ils contacts socials, oz tgira el quels era via e-mail. Grazia a la tgira ed a la cussegliaziun competenta ha el cuntanschì ina meglra qualidad da vita. Cyrill Guyer resumescha quai en ina frasa: «Senza ergoterapia na pudess jau betg duvrar il computer e betg ma mover independentamain.»



PURSCHIDA CUMPLETTA

L'ergoterapia en il Center svizzer dals paraplegichers Nottwil cumpiglia numerus secturs. Decisivas per il success èn tranter auter era la stretga collavuraziun cun autras partiziuns entaifer la clinica e cun spezialists externs sco era l'assistenza individuala e la cuntinuitad da quella. Mintga pazient vegn accumpagnà adina da la medema persuna dal fatg durant l'entir process da rehabilitaziun. Uschia sa sviluppa plaun a plaun ina relaziun da confidenza che ha effects positivs sin divers nivels.

Accents da la terapia:

- determinar la posiziun da la bratscha e dals mauns en cas d'ina tetraplegia (far stgainas adattadas, trenar il «maun da funcziun»)
- eruir il status da las extremitads superiuras (status dals muscels, da la forza dal maun e da las giugadiras da la detta)
- trenament funcziunal
- trenament d'independenza e da transfer
- trenament da la prestaziun dal tsharvè
- sclerir ils detagls per la sutga cun rodas (posiziun da seser, mesiraziun da la pressiuun, plimatsch antidecubitus)
- sclerir ils basegns per l'abitaziun ed il plaz da lavur

- sclerir las pussaivladads da motorisaziun
- meds d'agid incl. adattaziuns dal computer
- ergonomia

Il CSP Nottwil occupescha 22 ergoterapeutas ed ergoterapeuts qualifitgads e dispona d'ina vasta purschida da servetschs e d'indrizz per in tractament qualitativa aut da para- e tetraplegichers. Quest tractament vegn garantì da la Fundaziun svizra per paraplegichers. Ella porta ils custs per mesiras e purschidas che na vegnan betg indemnadas dals assicuraders. Ultra da quai organischescha il CSP Nottwil – sco suletta clinica speziala – regularmain curs da scolaziun e da perfecziunament davart il tema «ergoterapia tar para- e tetraplegichers.»

Ulteriuras infurmaziuns:

Center svizzer dals paraplegichers
Ergoterapia
Guido A. Zäch-Strasse 1
CH-6207 Nottwil
Telefon 041 939 57 10
Fax 041 939 57 01
E-mail: ergo.spz@paranet.ch
www.paranet.ch