

Querschnittslähmung und Therapie

Therapie ist sehr wichtig um auf die besonderen Bedürfnisse des Körpers die die Querschnittslähmung verursachen kann einzugehen, und die bestmögliche Funktion des Körpers wieder zu erlangen und instand zu halten.

Mit der Querschnittslähmung kommt große Verantwortung für unseren Körper und es gibt Einiges mehr worauf jetzt geachtet werden muss damit es unserem Körper nicht schlecht geht.

Physiotherapie

Physiotherapie ist bei einer Querschnittslähmung eine der wichtigsten Maßnahmen, um die Muskulatur zu erhalten, den Körper beweglich zu halten und einer Verschlechterung des Gesundheitszustands entgegenzuwirken. Wenn man nicht durch Bewegung den Körper regelmäßig beansprucht, können die Gelenke versteifen und die Sehnen verkürzen sich. Diese Veränderungen können sich negativ auf die Beweglichkeit auswirken und können sogar Schmerzen verursachen.

Durch gezielte physiotherapeutische Maßnahmen kann man die Muskelkraft erhalten und verbessern, das Gleichgewicht trainieren, die Durchblutung fördern und die Körperhaltung verbessern. Darüber hinaus kann die Physiotherapie auch helfen, den Schmerz zu lindern und den Stress zu reduzieren, der oft mit einer Querschnittslähmung einhergeht.

Es ist wichtig, dass die Physiotherapie auf die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten des Patienten abgestimmt ist und regelmäßig durchgeführt wird. Durch regelmäßiges Training und gezielte Übungen kann man die Mobilität und Selbstständigkeit im Alltag verbessern und möglichen Komplikationen vorbeugen.

Menschen mit Querschnittslähmung sollten regelmäßig trainieren, um ihre Muskeln und Gelenke zu stärken und ihre motorischen Fähigkeiten zu verbessern. Das Training sollte auf die individuellen Bedürfnisse und Möglichkeiten abgestimmt werden, um bestmögliche Ergebnisse zu erzielen. Es ist wichtig, dass man Geduld hat und sich auf die langfristigen Ziele konzentriert.

Instandhaltung der Gelenke: Eine Querschnittslähmung kann dazu führen, dass man weniger Bewegung hat und dadurch ein höheres Risiko für Gelenkprobleme besteht. Deshalb ist es wichtig, dass man seine Gelenke in gutem Zustand hält, um mögliche Schmerzen und Komplikationen zu vermeiden. Durch gezielte Übungen und physiotherapeutische Maßnahmen kann man die Gelenke stärken und die Beweglichkeit verbessern. Es ist auch wichtig, dass man Geduld hat und sich auf die langfristigen Ziele konzentriert.

Ergotherapie

Die Ergotherapie umfasst viele verschiedene Bereiche, von der Anpassung von Rollstühlen bis hin zur Verwendung von elektronischen Umfeldsteuerungen. Ziel ist es, die körperliche Funktion und die Selbstständigkeit im Alltag zu verbessern und zu erhalten.

Ein wichtiger Teil der Ergotherapie bei Querschnittslähmung ist die Anpassung von Rollstühlen. Hierbei wird der Rollstuhl individuell an die Bedürfnisse und Fähigkeiten des Patienten angepasst, um bestmögliche Mobilität und Selbstständigkeit zu ermöglichen. Dazu gehören beispielsweise die Anpassung der Sitzhöhe und -position sowie die Verwendung von besonderen Sitzkissen oder -polstern, um Druckgeschwüre zu vermeiden.

Darüber hinaus kann die Ergotherapie auch bei der Verwendung von elektronischen Umfeldsteuerungen helfen. Hierbei handelt es sich um spezielle Systeme, die es Menschen mit körperlichen Einschränkungen ermöglichen, elektronische Geräte wie Computer oder Fernseher zu steuern. Diese Systeme können beispielsweise durch Sprachsteuerung oder spezielle Schalter bedient werden und tragen dazu bei, dass Menschen mit Querschnittslähmung mehr Unabhängigkeit im Alltag haben.

Dazu gehören beispielsweise Greifhilfen, um Gegenstände besser halten zu können, oder Rollstuhlzugangssysteme, um Hindernisse besser überwinden zu können. Eine professionelle Beratung durch einen Ergotherapeuten kann dabei helfen, die passenden Hilfsmittel und Anpassungen zu finden.

Selbstständigkeit: Das Hauptziel der Ergotherapie bei Menschen mit Querschnittslähmung ist es, die Selbstständigkeit im Alltag zu verbessern. Das bedeutet, dass man lernt, alltägliche Aufgaben wie Essen, Anziehen oder die Körperpflege selbstständig auszuführen. Dazu gehören auch Aufgaben wie Einkaufen oder das Bewältigen von öffentlichen Verkehrsmitteln. Die Ergotherapie kann dabei helfen, die nötigen Fähigkeiten zu erlernen und die Selbstständigkeit im Alltag zu fördern.

Logopädie

Die Logopädie ist ein therapeutischer Bereich, der sich mit der Behandlung von Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen befasst. Für Menschen mit Querschnittslähmung kann die Logopädie besonders wichtig sein, da je nach Höhe der Lähmung die Atemmuskulatur betroffen sein kann, was sich auf die Atmung, die Stimme und die Sprache auswirkt.

Sie hat das Ziel, die Fähigkeit des Patienten zur Kommunikation und zum Schlucken zu verbessern und wiederherzustellen. Dazu wird eine umfassende Diagnostik durchgeführt, um die Schwere und Art der Störung zu ermitteln. Anschließend wird ein individueller Therapieplan erstellt, der auf die Bedürfnisse des Patienten abgestimmt ist.

Die Logopädie kann bei einer Querschnittslähmung in verschiedenen Bereichen helfen.

Atemtraining: Bei einer Lähmung der Atemmuskulatur kann es schwer sein, richtig zu atmen und die Luft effektiv auszuatmen. Die Logopädie kann dazu beitragen, die Atemtechnik zu verbessern und das Lungenvolumen zu erhöhen. Dies kann dazu beitragen, das Risiko von Komplikationen wie Lungenentzündungen zu reduzieren.

Sprechtraining: Wenn die Muskeln, die für die Stimmbildung und die Sprache verantwortlich sind, betroffen sind, kann die Logopädie helfen, das Sprechvermögen wiederherzustellen oder zu verbessern. Dazu gehören Übungen zur Kräftigung und Dehnung der betroffenen Muskeln sowie zur Verbesserung der Artikulation und Aussprache.

Schlucktraining: Eine Querschnittslähmung kann dazu führen, dass die Muskeln, die für das Schlucken verantwortlich sind, beeinträchtigt werden. Die Logopädie kann dazu beitragen, die Schlucktechnik zu verbessern und das Risiko von Schluckstörungen oder Aspiration zu reduzieren.