

Inhalt

1	Einleitung	1
2	Beweglich bleiben trotz Behinderung	3
2.1	Allgemeine Auswirkungen körperlicher Inaktivität	3
2.2	Passive Beweglichkeit erhalten	4
2.3	Grenzen der stationären und ambulanten Therapie	5
2.4	Grenzen der Betroffenen	5
2.5	Grenzen der Angehörigen	6
2.6	Grenzen der Gesundheitseinrichtungen	6
2.7	Eigeninitiative stärken, Eigenverantwortung fördern	7
2.8	Bisheriger Lebensstil und Kontrollüberzeugungen	8
2.9	Erwartungen an Gesundheitseinrichtungen	8
2.10	Verantwortung für das eigene Befinden übernehmen	9
2.11	Unterstützung durch Angehörige	11
3	Worauf es ankommt: Probleme durch Hemiplegie	13
3.1	Typische Bewegungseinschränkungen und ihre Folgen	13
3.2	Assoziierte Reaktionen	15
3.3	Nachlassende rehabilitative Bemühungen	16
3.4	Folgen körperlicher Inaktivität und Fehlbelastungen	16
4	Was ein Eigenprogramm leisten kann und wann erneut professionelle Hilfe erforderlich ist	19
4.1	Von nachgeordneter Bedeutung	19
5	Anleitung zur individuellen Lagerung	21
5.1	Warum überhaupt Lagerung?	21
5.2	Ist Lagerung irgendwann überflüssig?	22
5.3	Lagerung im Verlauf eines Tages	26
6	Erarbeitung eines Eigenprogramms zur Erhaltung der passiven Beweglichkeit	29
6.1	Einschätzung der individuellen Möglichkeiten	29
6.2	Eigenübungen von Beginn der Therapie an	31
6.3	Auswahl und Durchführung von Dehnungsübungen	32
6.4	Dosiert Eigenverantwortung übergeben	33
6.5	Übungsphase	34
6.6	Auswahl und Anzahl der Übungen	35
6.7	Praktische (und didaktische) Hinweise	36
6.8	Erstellen des Eigenprogramms	38
6.9	Evaluationsphase	41
6.10	Hinweise für den Patienten	42
7	Hinweise zur Verwendung der Kopiervorlagen	43
8	Literatur	61
Anhang: Übungsanleitungen in Bildern (Kopiervorlagen in der Tasche)		

Sekundärprophylaxe bei Hemiplegie
Eigenprogramme für Patienten individuell
zusammenstellen

Berting-Hüneke, C.

2000, VII, 61 S., Special Cover Type

ISBN: 978-3-540-66486-4