

*Eva Kersten*

ERGOTHERAPIE

Rheumatologie

# RHEUMATOLOGIE

*Handlungsfähig bleiben –  
wieder handlungsfähig werden*

Beschwerden in den Gelenken kann viele Ursachen haben: chronische Polyarthrit, Arthrosen der Fingergelenke, Rhizarthrose, Psoriasisarthritis, ... All diesen Krankheitsbildern ist aber eines gemeinsam: sie verursachen Schmerzen, verringern Kraft und Geschicklichkeit und schränken Sie in Ihrem Alltag ein.

Trotz rheumatischer Erkrankung Ihren Beruf und Ihre Hobbies ausüben können: neben der medikamentösen Therapie unterstützt Sie die Ergotherapie dabei, handlungsfähig zu bleiben oder wieder handlungsfähig zu werden.

## Die Therapie stützt sich auf drei Säulen:

Während der FUNKTIONELLEN THERAPIE trainieren Sie Gelenksbeweglichkeit, Geschicklichkeit und auf sanfte Art auch Kraft zur Erhaltung und Verbesserung der Funktionstüchtigkeit Ihrer Hände. Denn durch die Entzündungen werden Gelenke, Bänder und Weichteile in Mitleidenschaft gezogen.

Gemeinsam erstellen wir ein Heimübungsprogramm, um das in der Therapie Erreichte darüber hinaus zu erhalten.



**INDIVIDUELLE HANDSCHIENEN** werden zur Verbesserung der Handfunktion und Verhinderung von Gelenksveränderungen angefertigt.

Schienen, die während der Arbeit getragen werden, geben den Gelenken Stabilität von außen und machen Hand und Finger wieder einsatzfähig. Nachtschienen lagern die Hand während Sie ruhen, erlauben eine Entspannung der Muskulatur und reduzieren vor allem in der Akutphase Schmerz und Schwellung.



## GELENKSSCHUTZ UND HILFSMITTELVERSORGUNG

Viele Bewegungen, die im Alltag nötig sind, verursachen Schmerzen und belasten die Gelenke, wie zum Beispiel das Öffnen von Flaschen, längeres Tragen von Taschen, ...

Im Rahmen der Ergotherapie lernen Sie Gelenkschutzprinzipien kennen und wie Sie diese im Alltag umsetzen können. Viele Tätigkeiten, die Schmerzen verursachen, werden durch Hilfsmittel wie z.B. Flaschenöffner einfacher. Entlasten Sie Ihre Gelenke schon frühzeitig durch das Vermeiden belastender Bewegungen und eine Auswahl an Hilfsmittel. Gemeinsam finden wir die richtigen für Sie.

„RHEUMA“ ist ein sehr weit gesteckter Begriff, der oft fälschlich für alle Schmerzzustände an den Gelenken verwendet wird. Allgemeine Ratschläge werden da rasch gegeben.

Wer aber an einer rheumatischen Erkrankung leidet, braucht eine maßgeschneiderte Therapie: individuell, professionell und konkret.

Ich freue mich darauf, für Sie eine individuelle Therapie zusammenzustellen und Ihnen während dieser zur Seite zu stehen.

Eva Kersten

*Eva Kersten*



Praxisgemeinschaft  
KERSTEN & MOYZISCH

*Michaelerstraße 23/16/1  
1180 Wien*

---

EVA KERSTEN  
Ergotherapie  
[www.evakersten.at](http://www.evakersten.at)  
[kontakt@evakersten.at](mailto:kontakt@evakersten.at) | t 0664 411 98 20