



## **Ergoterapie v adiktologii**

*Ergoterapeuti v adiktologii spadají do rehabilitačního týmu, zrovna tak, jako u jiných cílových skupin. Na začátku vždy vyšetří pacienta a zjistí, jaké jsou jeho silné a slabé stránky a stanoví další postup a cíle terapie. Cílem ergoterapie je snaha o co největší úroveň soběstačnosti a kvality života pacienta, kterou se snaží docílit pomocí specifických léčebných metod a postupů. Ergoterapeut využívá při terapiích neurovývojové, biomechanické a psychosociální rámce vztahů a jejich vzájemné kombinace.*

### **Ergoterapie je v adiktologii vhodná pro:**

- Pacienty s poškozením kognitivních funkcí (exekutivní funkce, krátkodobá paměť, pozornost aj.)
- Pacienty, kteří v důsledku svých momentálních obtíží nejsou schopni vykonávat činnosti, které dříve vykonávali bez problémů (oblasti běžného života, pracovní sféra aj.)
- Pacienty, kteří potřebují pomoc s přípravou na důležité pracovní sociální úkony (pohovor, jednání na úřadech aj.)
- Pacienty, kteří potřebují poradit s výběrem/používáním/nastavením kompenzačních pomůcek nebo úpravou domácího prostředí
- Pacienty, kteří potřebují poradit s ergonomií (sedu/pracovního místa/sedadla v automobilu aj.) a nastavením správného držení těla (kompenzace sedavého zaměstnání či prevence bolestí zad)
- Pacienty, kteří potřebují poradit a nasměrovat v pracovní oblasti (pokud už pacient není schopen z nějakého důvodu vykonávat zaměstnání, které vykonával doposud nebo pokud si přeje změnit práci)
- Pacienty, kteří potřebují poradenství v oblasti denního režimu a smysluplného trávení volného času
- Pacienty, kteří potřebují trénovat hrubou i jemnou motoriku nebo koordinaci

### **Dále také pro pacienty s přidruženými onemocněními či obtížemi v oblasti:**

- Neurologie (CMP, kraniotraumata, parézy – především na HKK, Alzheimerova choroba, Parkinsonova choroba, demence, ALS, RS, porušení čítí aj.)
- Traumatologie (po nejrůznějších typech úrazů)
- Ortopedie (částečné či totální náhrady kloubů)
- A další ...

### **Konkrétně to znamená:**

Kognitivní funkce: testování dle standardizovaných testových metod, stanovení poškozených oblastí a následná kognitivní rehabilitace; metodou tužka-papír, počítačových programů nebo dual-task a komplexních úkolů s důrazem na transfer do běžného denního života.

Poradenství v oblasti práce: pomoc s výběrem zaměstnání, posouzení a hodnocení očekávání a potenciálu pomocí testů a dotazníků, pomoc s psaním životopisu, nácvik vstupního pohovoru aj.).

Modelové situace: vytváření modelových situací individuálně dle potřeb pacienta a stupňování náročnosti v problémových oblastech; nácvik jednání na úřadech či s autoritami, naučení adekvátní reakce na nepříjemné situace, manipulace a hospodaření s penězi, efektivní plánování času atd.

Ergonomie/správné držení těla: správné nastavení všech parametrů pracovního místa (židle, monitor, stůl, ergonomická klávesnice, vertikální myš, dávkování přestávek a protažení), pravidla pro zvedání těžkých břemen,



## VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

**Klinika adiktologie** | U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2 | IČ: 00064165, tel.: 224 961 111

### Adiktologické ambulantní centrum

naučení vědomé práce s vlastním tělem pomocí kompenzačně – léčebného cvičení pro posílení HSSP, centraci lopatky, mobilitu velkých kloubů atd.

Hledání kompenzačních mechanismů pro omezené funkce v oblasti motoriky, orientace, kognitivních funkcí nebo běžných denních aktivit.

Rehabilitace senzomotorických funkcí: obnova kloubní hybnosti a rozsahu, zvyšování svalové síly, sensorická facilitace (či senzibilizace), uvolnění hypertonického svalstva a dalších měkkých tkání, nácvik jemné motoriky, úchopů, grafomotoriky a koordinace, centrace kloubů, snižování otoků končetin, prevence kontraktur, nácvik správného stereotypu chůze s lokomoční pomůckou, péče o jizvu a mnoho dalšího.

#### **Kontakt:**

Mgr. Darina Iskendri, ergoterapeut

[darina.iskendri@lf1.cuni.cz](mailto:darina.iskendri@lf1.cuni.cz)