Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim

Herausgeber: Heimverband Schweiz

Band: 69 (1998)

Heft: 2

Artikel: "Berufe im Heim" : Helen de Ruiter : Physiotherapeutin : Rehabilitation und unterstützende Physiotherapie im Alter

Autor: Schnetzler, Rita

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-812655

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Berufe im Heim»

HELEN DE RUITER: PHYSIOTHERAPEUTIN

Rehabilitation und unterstützende Physiotherapie im Alter

Von Rita Schnetzler

Helen de Ruiter ist Physiotherapeutin. Sie arbeitet in der eigenen Praxis und an zwei Halbtagen pro Woche im Alters-Wohnheim Bodenmatt in Malters.

Dienstagmorgen, kurz vor neun Uhr: Die Physiotherapeutin Helen de Ruiter betritt eilig das Alters-Wohnheim Bodenmatt. Sie traf sich soeben mit einem Arzt, um mit ihm über einen ihrer Klienten in der «Bodenmatt» zu sprechen. Nun wird sie von Frau S. erwartet, mit der sie wie jede Woche das Treppensteigen üben wird. Helen de Ruiter arbeitet seit mehr als neun Jahren in der «Bodenmatt». Zurzeit kommt sie an zwei Halbtagen pro Woche hierher. Daneben arbeitet sie in ihrer eigenen physiotherapeutischen Praxis und als Mutter und Hausfrau.

Das Ziel der Physiotherapie im Heim hängt von der gesundheitlichen Situation der Klientinnen und Klienten ab: Haben sie einen Unfall oder einen Schlaganfall erlitten, so ist das Ziel die Rehabilitation und insbesondere das Wiedererlangen von Alltagsfunktionen und damit in vielen Fällen der selbständigen Mobilität. In der Therapie mit Betagten orientiert sich Helen de Ruiter stark am Bobath-Konzept, einem therapeutischen Konzept, das vor allem bei Patienten mit Erkrankung oder Störungen des Zentralnervensystems – zum Beispiel nach einem Schlaganfall – angewandt wird. Bei der Therapie nach Bobath wird die Plastizität des Gehirns genutzt, um «vergessene» Bewegungsabläufe wieder anzubahnen.

Fordern und motivieren

Für eine unabhängige Gestaltung des Tagesablaufes sind die Bewegungsabläufe «Gehen» und «Aufstehen» besonders wichtig. Die grosse Schwierigkeit beim Aufstehen besteht darin, dass das Gewicht vor die Standfläche der Füsse verlagert werden muss. Davor haben viele ältere Menschen Angst, weil sie fürchten, vornüber zu fallen.

So auch Herr U., der sich deshalb lieber am Geländer hochziehen möchte, das auf der Höhe seines Kopfes der Wand entlang führt und als Steh- und Gehhilfe gedacht ist, anstatt sich auf der Stuhlfläche abzustossen. «Das Geländer können Sie nicht überall hin mitnehmen», erklärt ihm Helen de Ruiter, worauf er von seiner Idee ablässt. Das ist gut so, denn bei weniger sicher verankerten Gegenständen könnte er sich damit gefährden. Die Physiotherapeutin achtet darauf, Herrn U. nur verbal anzuleiten, damit er den körperlichen Impuls selber findet, denn nur so kann er wieder lernen, selbständig aufzustehen. Als Helen de Ruiter Herrn U. kennenlernte, war er infolge eines Schlaganfalls an den Rollstuhl gebunden. Schritt für Schritt hat er unterdessen gelernt, mit Hilfe eines Gehwagens zu gehen. Lange Zeit brauchte er dabei Unterstützung, doch irgendwann spürte die Therapeutin, dass er es jetzt alleine schaffen konnte. «So, und jetzt gehen Sie alleine», sagte sie ihm damals. Das war hart für den alten Mann, doch als es klappte, war er sehr stolz auf seinen Erfolg.

Angesichts solcher Leistungen staunt Helen de Ruiter immer wieder über die Möglichkeiten und Ressourcen, über die der Körper bis ins hohe Alter verfügt. Wenn ein Mensch den Willen aufzubringen vermag, sich Vergessenes wieder anzueignen, entwickelt sein Körper beachtliche Energien. Natürlich ist da die Angst, Neues zu wagen. Eine Angst, mit der Menschen jeden Alters gelegentlich konfrontiert werden. Entgegen anderslautenden Vorurteilen sind Betagte gemäss Helen de Ruiters Erfahrung jedoch durchaus lernfähig und damit in der Lage, diese Angst zu überwinden. Dass die Therapeutin diese Überzeugung vermittelt und einen gewissen Einsatz fordert, wirkt auf viele Klienten äusserst motivierend.

Natürlich gibt es Klientinnen und Klienten, bei denen Helen de Ruiters fordernde Haltung auf wenig Sympathie stösst. Auch wenn sie gelegentlich schimpfen, freuen sich viele von ihnen im Grunde auf die Therapie, weil sie spüren, dass sie ihnen guttut und dass die Physiotherapeutin sie zwar fordert, aber nicht überfordert. Der Therapeutin macht es nichts aus, für einige Heimbewohnerinnen und -bewohner «die Böse» zu sein, denn im Unterschied zum Pflegepersonal muss sie nicht die ganze Woche mit den Betreffenden zusammenarbeiten. Dies ist mit ein Grund, weshalb Vreny Amrhyn, Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin und Ehefrau des Heimleiters der «Bodenmatt», es für die Institution und besonders für das Pflegepersonal ausgesprochen wichtig findet, dass «eine Auswärtige» die Bewohnerinnen und Bewohner «mobilisiert».

Die Institution:

Das Alters-Wohnheim Bodenmatt ist eine bald zehnjährige Institution in Malters bei Luzern. Die jüngste der rund sechzig Bewohnerinnen und Bewohner der «Bodenmatt» ist wenig über fünfzig, die ältesten sind weit über neunzig Jahre alt. Seit mehr als neun Jahren gehört die Physiotherapie mit zum Therapieangebot der Institution: Kurz nach der Eröffnung vereinbarte Helen de Ruiter mit der Heimleitung, die Physiotherapie mit Bewohnerinnen und Bewohnern in der «Bodenmatt» selber durchzuführen. Oft wird erst dadurch eine Therapie möglich, weil der Weg in eine physiotherapeutische Praxis für die Betroffenen zu umständlich wäre.

Frau F., eine relativ junge Bewohnerin der «Bodenmatt» mit einer leichten geistigen Behinderung, freut sich sichtlich, als die Therapeutin ihr Zimmer betritt. Die Klientin ist vor einigen Wochen gestürzt und hat sich dabei eine Knieverletzung zugezogen, die eine Operation nach sich zog. «Haben Sie geübt?», möchte Helen de Ruiter wissen. Frau F. lacht und legt ihr Strickzeug beiseite. Treppensteigen habe sie nicht geübt, aber sie fahre jeden Abend Velo. Zurzeit geht es beim «Velofahren» noch darum, das Knie ohne Belastung zu mobilisieren. Das Trainingsvelo fährt also eigentlich selber, und Frau F. macht die Bewegungen der Pedale passiv mit.

Mit der Zeit soll sie aber auch selber radeln. Auch bei Frau F. beginnt die Therapie mit Treppensteigen. Danach ist ihr Körper genügend locker für die kräftigenden Übungen. Dadurch, dass diese Übungen im Zimmer der Klientin durchgeführt werden, lernt diese zugleich, die Infrastruktur ihres Zimmers für selbständiges Üben zu nutzen.

Bestehende Fähigkeiten erhalten

Bei Klienten und Klientinnen, denen der Arzt aufgrund einer chronischen Krankheit Physiotherapie verschrieben hat, besteht das Therapieziel darin, bestehende Fähigkeiten zu erhalten und Schmerzen vorzubeugen oder entgegenzuwirken. Das gilt besonders für progressive Krankheiten wie jene der eingangs erwähnten Frau S., bei der es als grosser Erfolg gewertet werden darf, dass sie immer noch gleich gekonnt Treppen hinauf- und hinuntersteigt, wie sie dies zu Beginn ihrer Therapie bei Helen de Ruiter vor bald zehn Jahren tat.

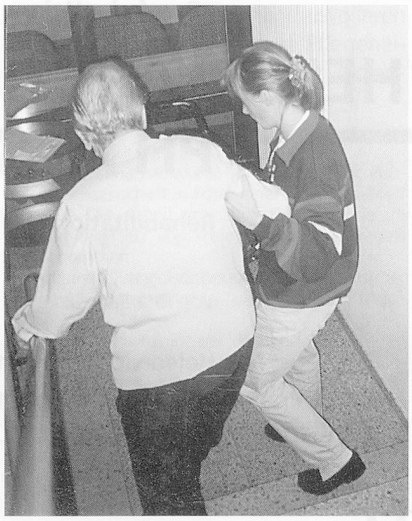
«Er hat seit einiger Zeit grosse Mühe mit dem Gehen», informiert eine Pflegerin die Physiotherapeutin, als diese ins Esszimmer kommt, um Herrn A. abzuholen. «Dann wollen wir einmal sehen», meint Helen de Ruiter fröhlich und hilft dem alten Mann, sich aus seinem Rollsessel zu erheben, damit er den kurzen Weg bis in den Korridor zu Fuss zurücklege. Herr A. geht mit kleinen Schritten und beugt sich mit jedem Schritt stärker vornüber, sodass Helen de Ruiter ihn nach wenigen Metern mit einem klaren «Stop» auffordert, stillzustehen, sich aufzurichten und in dieser Haltung weiterzugehen. Herr A. ist auf solch deutliche Signale angewiesen, weil seine Grundkrankheit es ihm zunehmend erschwert, auf Informationen aus seiner Umgebung zu reagieren oder verbale Anweisungen aufnehmen und umzusetzen.

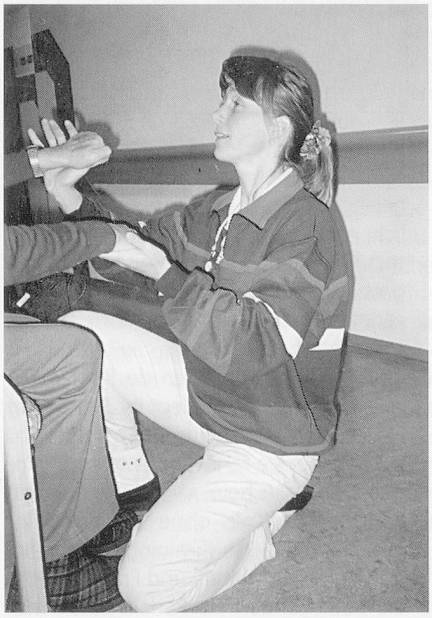
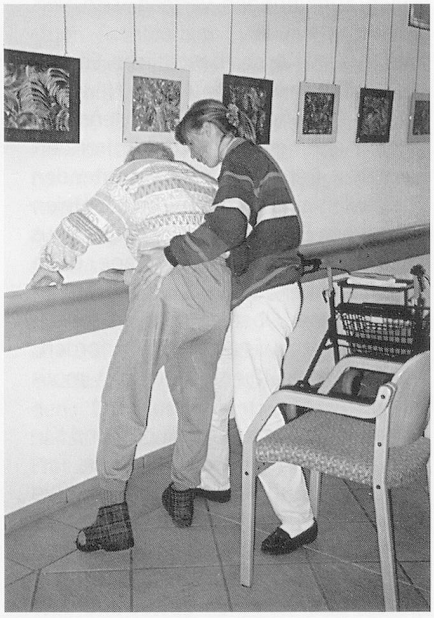
Als die beiden mit vereinten Kräften die nächste Sitzgelegenheit erreicht haben, möchte Herr A. eine Pause machen. Sitzend soll er die Hand der Therapeutin mit seinem Arm wegdrücken. «Noch einmal», ermutigt sie ihn. Seine Reaktion auf diese Aufforderung bezeichnet Helen de Ruiter als «Zwangs-Weinen», ein Phänomen, das im Rahmen verschiedener Krankheiten auftritt und von Menschen, die es nicht als krankheitsbedingtes Verhalten ohne tiefere Bedeutung erkennen, gerne missverstanden wird. Ohne auf das Weinen einzugehen, wiederholt Helen de Ruiter ruhig ihre Aufforderung, und Herr A. hebt seinen Arm, um weiterzuüben.

Frau G. ist zurzeit die einzige Klientin im Alters-Wohnheim, mit der die Physiotherapeutin nicht Alltagsfunktionen trainiert. Zwar ist bei ihr das Stärken der Beckenbodenmuskulatur eines der Ziele der Therapie, aber an diesem Tag erhält die Pensionärin eine Nackenmassage. Das hat sie bitter nötig, denn sie ist psychisch belastet und körperlich stark verspannt. Nach der Massage zeigt Helen de Ruiter der Klientin auf deren Wunsch ein paar wichtige Punkte auf, die sie bei ihrem geplanten Schuhkauf beachten sollte.

Zusammenarbeit mit dem Pflegepersonal

Auch gegenüber den Pflegerinnen und dem Pfleger der «Bodenmatt» hat Helen de Ruiter eine beratende Funktion. Eine gute Zusammenarbeit mit



dem Pflegepersonal ist für die Physiotherapeutin wichtig, denn nur so ist der Informationsfluss zwischen verordnendem Arzt, Patient, Therapeutin und Pflege und damit eine kontinuierliche Betreuung und Förderung gewährleistet. Meist wenden sich die Pflegenden mit ihren Anliegen und Fragen direkt an sie, und Probleme werden im kleinen Rahmen besprochen. Ebenfalls im direkten Gespräch informiert Helen de Ruiter die Pflegenden jeweils über Fortschritte eines Klienten und über Hilfsmittel oder Hilfestellungen, die er braucht oder nicht mehr braucht. Hintergrundinformationen vermittelt sie Interessierten gelegentlich auch im Rahmen von heiminternen Fortbildungsveranstaltungen.

Helen de Ruiter hat ihre Ausbildung an der Hochschule für Physiotherapie in Amsterdam vor dreizehn Jahren abgeschlossen. Seither nimmt sie regelmässig an Weiterbildungen teil, zum Beispiel in Sportphysiotherapie oder in Bobath-Therapie. Solche Weiterbildungen sind in ihrem Beruf unerlässlich, denn die Kenntnisse nehmen laufend zu, wodurch sich auch die therapeutischen Techniken ändern. Für nächstes Jahr hat Helen de Ruiter bereits eine nächste Bobath-Weiterbildung geplant. Im Unterschied zur Schweiz ist es in den Niederlanden schon lange üblich, in Alters- und Pflegeheimen Physiotherapie anzubieten. In der holländischen Ausbildung werden Physiotherapeutinnen und -therapeuten denn auch auf das Tätigkeitsfeld «Heim» vorbereitet, und es finden regelmässig Weiterbildungen in diesem Bereich statt. In der Schweiz ist dies noch nicht der Fall. Helen de Ruiter geht aber davon aus, dass sich dies bald ändern wird, denn mit der wachsenden Bedeutung der Alters- und Pflegeheime hat sich in jüngster Zeit auch hier ein verstärktes Bewusstsein für die Wichtigkeit gesundheitsfördernder Massnahmen im Alter entwickelt. ■