

Die Spiegeltherapie

Die Spiegeltherapie hat nichts mit einem Wellnessangebot oder einer Kosmetikbehandlung zu tun. Sie kommt bei Patienten mit Schlaganfall, Amputation oder CRPS (M. Sudeck) in der Praxis für Ergotherapie Kirsten Gärtner zum Einsatz.

Bei der Spiegeltherapie wird dem Gehirn suggeriert, dass der betroffene Arm oder das Bein optisch völlig in Ordnung ist und alle Bewegungen schmerzfrei durchgeführt werden können. Hier ist aber wichtig, dass der Patient die Wirkungsweise der Spiegeltherapie verstehen kann, um sich besser auf den Spiegel einlassen zu können.

Die Spiegeltherapie setzt an verschiedenen Wirkungspunkten im Gehirn an. Erstens ermöglicht sie ein Durchbrechen des erlernten Nicht-Gebrauches. Dabei hat das Gehirn gelernt, dass ein Benutzen der betroffenen Seite schwierig ist und vermeidet dadurch die Bewegung mit dieser Seite, auch wenn in der Zwischenzeit eine Bewegung wieder leichter möglich ist. Hier wird die Handlung durch ein optimales Bild des Bewegungsablaufes unterstützt und verstärkt, um ein „Überschreiben“ der falschen Information zu ermöglichen. Weiterhin haben Untersuchungen im Gehirn gezeigt, dass unter der Spiegeltherapie die Aktivität in der betroffenen Gehirnhälfte erhöht ist. Dadurch kann ein verbesserter Bewegungsgewinn erreicht werden. Ebenso konnte gezeigt werden, dass die Vorstellung der Bewegung komplexe Hirnareale aktiviert.

Die Spiegeltherapie ist also von ihrer Wirkungsweise eine kognitive Therapie und setzt eine gute Konzentrationsfähigkeit bei den Patienten voraus.

Die Ziele sind je nach Krankheitsbild unterschiedlich. Bei einem Schlaganfall geht es meist um eine Verbesserung der Bewegungsfähigkeit, bei Amputation um eine Reduktion des Phantomschmerz und bei CRPS (M. Sudeck) um eine Schmerzreduktion und Wahrnehmungsverbesserung. Die Spiegeltherapie wird genau auf die jeweiligen Bedürfnisse und Fähigkeiten der einzelnen Patienten abgestimmt.

Bei Fragen zur Spiegeltherapie oder ihrer Anwendungsmöglichkeiten rufen Sie mich an oder kommen Sie in unserer Praxis vorbei.

Ihr Ergotherapeut Alexander Gärtner aus Weißig (0351/2176389)