

Informationen

Recognise

Hilfsmittel:

Karten

Werden durch die Therapeutin ausgeliehen oder abgegeben.

Computerprogramm

Wird in der Institution während der Therapie zur Verfügung gestellt.

Apps

Müssen aufs Handy oder Tablet geladen werden.



Recognise von noigroup, ca. 9 CHF

Funktioniert auf iOS und Android.



physio fun Limbs by Dr. Becker von Kaasa Health, ca. 5 CHF

Funktioniert nur auf iOS.

Spiegeltherapie

Anwendung:

- Ruhige Umgebung
- Spiegel in der Mitte des Patienten
- Betroffene Hand ist hinter dem Spiegel
- Nicht betroffene Hand wird so platziert, dass sie im Spiegel gespiegelt wird
- Uhren, Schmuck ausziehen
- Bei Schmerzverstärkung Übung unterbrechen

Hilfsmittel:

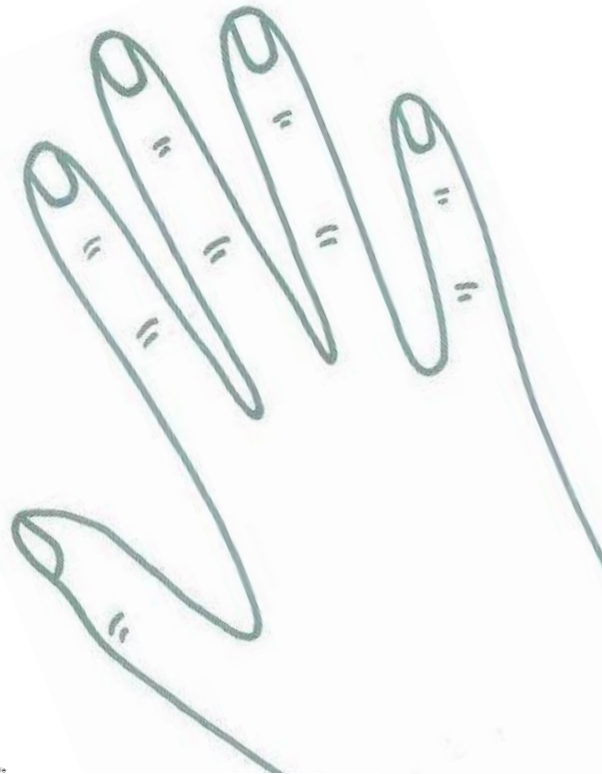
Spiegel

Kann im Baumarkt für 10 – 20 CHF gekauft werden oder wird durch die Therapeutin ausgeliehen.

Literatur

- Grünert-Plüss, N., Hufschmid, U., Santschi, L. & Grünert, J. (2008). Mirror Therapy in Hand Rehabilitation: A Review of the Literature, the St Gallen Protocol for Mirror Therapy and Evaluation of a Case Series of 52 Patients. *The British Journal of Hand Therapy*. 20, 13, 4 – 11.
- Moseley, G.L. (2004). Graded motor imagery is effective for long standing complex regional pain syndrome: a randomized controlled trial. *Pain*. 108, 192 – 198.
- Moseley, G.L. (2005). Is successful rehabilitation of complex regional pain syndrome due to sustained attention to the affected limb? A randomised clinical trial. *Pain*. 114, 54 – 61.
- Prignac, V.W. & Stralka, S.W. (2011). Graded Motor Imagery. *Journal of Hand Therapy*. 24, 2, 164 – 169.
- Selles, R.W., Schreuders, T.A.R. & Stam, H.J. (2008). Mirror Therapy in Patients with Causalgia (Complex Regional Pain Syndrome Type II) following Peripheral Nerve Injury: Two Cases. *Journal of Rehabilitation Medicine*. 40, 312 – 314.
- Walz, A.D., Usischenko, T., Moseley, G.L. & Lotze, M. (2013). Graded Motor Imagery and the Impact on Pain Processing in a Case of CRPS. *The Clinical Journal of Pain*. 29, 3, 276 – 279.

Evidenzlevel I – III



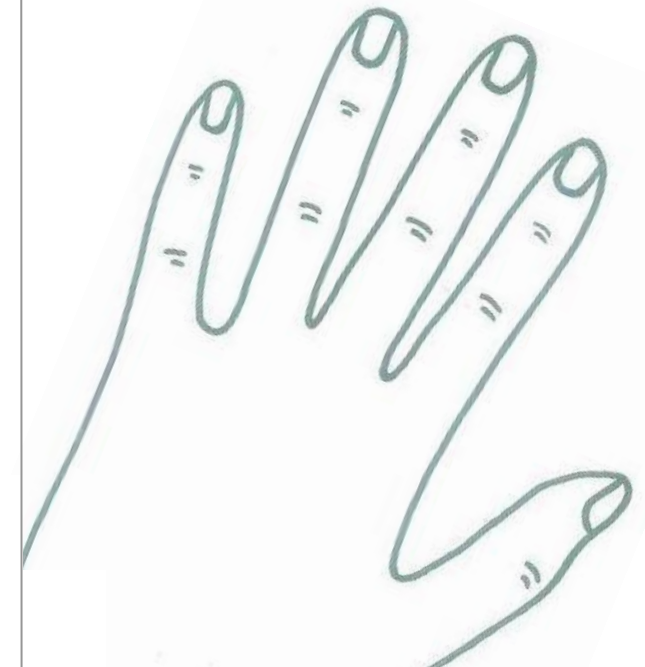
CAS Handtherapie 2014

Gesundheit
Institut für Ergotherapie
Institut für Physiotherapie

© Daniela Bundi, Stefanie Malara

MIP

Motor Imagery Program



Heimprogramm für Patienten

Was ist das Motor Imagery Program?

Das Motor Imagery Program wurde erstmals von Moseley (2004) beschrieben. Es wurde für Patienten mit einem komplexen regionalen Schmerzsyndrom CRPS entwickelt. Das Programm kann bei verschiedenen Krankheitsbildern angewendet werden. Informationen erhalten Sie durch den/die Therapeut/in.

Das Therapieprogramm wird in drei Stufen eingeteilt:

1. Phase – Lateralitätserkennung (Recognise)
2. Phase – Vorstellung von Bewegungen (Imagined Movement)
3. Phase – Spiegeltherapie

Ziel ist es das Gehirn zu trainieren (train the brain). Die kortikalen motorischen Netzwerke im Gehirn werden aktiviert und die Reorganisation wird angeregt. Eine erfolgreiche kortikale Reorganisation kann nur erreicht werden, wenn das Therapieprogramm in der Reihenfolge dieser drei Phasen durchgeführt wird. Die kortikalen Areale werden systematisch nach und nach aktiviert und so kann der Schmerz verringert werden.

Der Wechsel zur nächsten Phase hängt von den Fortschritten und vom Schmerz des Patienten ab. Empfohlen wird ein 2 Wochen-Rhythmus.

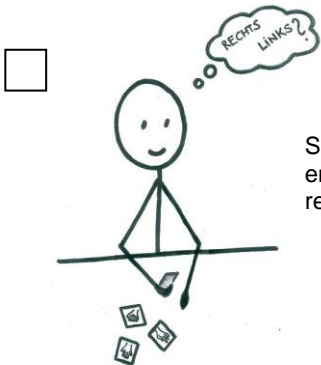
Heimprogramm

Bei Schmerzen soll die angekreuzte Übung abgebrochen und zu einem späteren Zeitpunkt wieder neu gestartet werden.

Recognise

Empfehlung:
Machen Sie die angekreuzte Übung **10 Minuten, 4 x** pro Tag.

Individuell: _____ **Minuten**, _____ pro Tag.



Schauen Sie das Bild an und entscheiden Sie sich ob es eine rechte oder linke Hand ist.

Imagined Movement

Empfehlung:
Machen Sie die angekreuzte Übung **10 Minuten, 5-6x** pro Tag.

Individuell: _____ **Minuten**, _____ pro Tag.



Spiegeltherapie

Empfehlung:
Machen Sie die angekreuzte (n) Übung (en) **5-10 Minuten, 5-6 x** pro Tag.

Individuell: _____ **Minuten**, _____ pro Tag.

