



## *Hva er viktig i livet ditt? Og hva skal til for at du lever dette livet?*

### **Generelt om ergoterapitilbudet på Kastvollen:**

Ergoterapeuter er autorisert helsepersonell med 3-årig høgskoleutdanning, og er en del av det tverrfaglige teamet på Kastvollen.

Som ergoterapeut hjelper vi mennesker som har problemer med å utføre daglige gjøremål på grunn av sykdom, skade eller annen funksjonshemming. Vi vurderer funksjonsevnen til det enkelte mennesket og utreder hva som trengs av trening, tilrettelegging og/ eller tekniske hjelpemidler. Ergoterapeuten finner, sammen med deg, løsningene når det blir et gap mellom hverdagens krav og helsen din.

Ergoterapitilbudet tilpasses den enkelte ut i fra funksjonsnivå, symptomer og mål, samt gjeldende anbefalinger og retningslinjer. Vi har fokus på en aktiv tilnærming, og varierer mellom individuell- og gruppebasert oppfølging. Treningen er funksjonell med fokus på å fungere best mulig i hverdagen.

### **Eksempler på ergoterapitiltak:**

- trening for å mestre daglige gjøremål bedre; i naturlige settinger som ved personlig hygiene/ påkledning/ kjøkkenaktiviteter m.m.
- funksjonell- og delfunksjonstrening knyttet opp mot dagliglivets aktiviteter/ gjøremål; feks forflytning, bevegelsesstrategier, finmotorisk funksjon og skrivetrening
  - o Bobath-konseptet med fokus på armer og hender (grepsfunksjon, grepsstyrke og holdning)
  - o LSVT BIG-trening
- undervisning; fatigue og energiøkonomisering, hjelpemidler, kognitive utfordringer
- utprøving / demonstrasjon og tilpasning av ulike hjelpemidler både inne og utendørs
- Søknad på enkle hjelpemidler. Ellers henviser vi til lokal ergoterapeut for større saker
  - o individuelle samtaler/ mestringssamtaler
  - o tilrettelegging av beboerrom

### **Aktuell trening/tilbud etter endt opphold**

Brukerne får tips og råd om hva de kan og bør videreføre når de kommer hjem, utover eventuelle treningsprogram de får med seg fra oss. I epikrisen/ sluttrapporten er det informasjon om hva det ble fokusert på i oppholdet, samt eventuelle anbefalinger for videre oppfølging.

Ved behov, kontaktes ergoterapeut eller eventuelt rehab.team i hjemkommunen for oppfølging.