



Frauen, die bewegen

Mitarbeiterinnen der Rehaklinik Zihlschlacht, Zentrum für Neurorehabilitation – 4/6

Alexandra Menig

Leiterin Ergotherapie

Ergotherapie: Alexandra Menig spürt die Ressourcen der Patienten detektivisch auf

Einschränkung ja – Lebensqualität erst recht

Wenn die Leiterin Ergotherapie aus ihrem Berufsalltag erzählt, wird es schwierig, auf dem Stuhl ruhig sitzen zu bleiben. Motivation pur ist zu spüren. Die junge Fachfrau bewegt und versetzt in Bewegung. «Genau das ist mein Ziel. Ich kläre exakt ab, wo unsere Patienten Einschränkungen aufweisen und wo Ressourcen bestehen. Daraus wollen wir ein Optimum für ein möglichst selbstständiges Leben zuhause schaffen. Die Motivation ist das Fundament, wachsende Freude an wieder erlangten Fertigkeiten und Mobilität die Bestätigung. Für uns wie für unsere Patienten.»

Gute Resultate spornen sie an. Und persönliche Begegnungen beflügeln sie. Alexandra Menig ist mit viel Gefühl und Herzblut bei der Sache. Sie sucht den Kontakt zum Menschen, analysiert exakt, weshalb die Alltagsfähigkeiten und Fertigkeiten eingeschränkt sind und in welcher Form Bewegungseinschränkungen von Schultern, Armen, Händen und Fingern vorhanden sind, und therapiert mit ihrem 16-köpfigen Team massgeschneidert, ausdauernd und mit einer grossen Portion Empathie.

Eine klare Wahl – nie bereut

Alexandra Menig liebt Bewegung. Sie will einen deutlichen Beitrag leisten, damit es Menschen, die ihr anvertraut sind, besser geht. Nach ihrem Fachabitur stand deshalb für sie fest: «Ich will entweder Musik- oder Ergotherapeutin werden.»

Sie entschied sich fürs Zweite, «weil Musiktherapie doch etwas «einschränkender» ist und ich dabei mehr gebunden wäre. Bei der Ergotherapie ist zudem der Kontakt zum Patienten direkter.» – Leicht ist ihr der Entscheid trotzdem nicht gefallen, ist sie doch seit jungen Jahren begeisterte Musikerin. Zu Beginn war es die Trompete, dann die Gitarre und nun seit Längerem vor allem wieder die Trompete, die sie mit grosser Freude spielt.

Die Vielseitige malt ausserdem und war 15 Jahre als Volleyballspielerin sportlich unterwegs. Ein Multitalent? – «Übertreiben wir nicht», mahnt sie

zur Bescheidenheit. «Ich habe halt einfach Freude, verschiedene Dinge zu erleben und mich auf unterschiedliche Art zu spüren und auszudrücken. In meiner aktuellen Tätigkeit kommt es mir nun zugut, dass es Hobbies sind, die alle mit Rhythmus, Schwung, aber auch mit Beurteilen sich ändernder Situationen, gezieltem Timing und ausdauerndem Üben zu tun haben.»

Von Chile nach Zihlschlacht

Ihre Grundausbildung erfolgte in Günzburg auf den Gebieten der Psychiatrie und Neurologie. Nach einer Bildungsreise nach Chile mit einem Praktikum in einer Psychiatrie war der Wunsch eindeutig: Neurologie und Frühreha sollten ihre Fachgebiete werden. Während der Ausbildung sammelte die junge Ergotherapeutin erste Erfahrungen in einem Kompetenzzentrum für Neurologie in Burgau.

Bei der Chilereise schlug der Zufall zu: Alexandre Menig vernahm, dass in Zihlschlacht eine Stelle frei sei. Noch aus Südamerika bewarb sie sich dafür. Kaum zurück fanden Vorstellung und Stellenantritt statt: «Ich habe mich gleich sehr wohl gefühlt. Von Beginn weg wurde ich hier gefördert wie gefördert und an der «Front» geschult. Eine wichtige Station bildete die Spezialisierung im Parkinson-Zentrum.» Motiviert wie sie war, bildete sie sich auch ständig in der Theorie weiter, begann 2010 berufsbegleitend einen Master-Studiengang und schloss ihn 2013 erfolgreich ab.

Rehaklinik Zihlschlacht: Kompetenz und Engagement

Die Rehaklinik Zihlschlacht verfügt über 135 stationäre Betten, ein Angebot für die Tagesrehabilitation, ein ambulantes Therapiezentrum und über eine Hausarztpraxis für die Bevölkerung. Sie betreibt Spezialabteilungen für somatische und kognitive Frührehabilitation, weiterführende Rehabilitation und für die Behandlung von Parkinsonerkrankungen.

Rund 480 bestens ausgebildete, auf verschiedenste Gebiete spezialisierte Mitarbeitende setzen sich rund um die Uhr zum Wohle der Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörige ein. Die Rehaklinik Zihlschlacht ist mit ihren modernen Bauten und den sorgfältig restaurierten historischen Gebäuden organisch in eine idyllische Landschaft im Herzen des Kantons Thurgau eingebettet.

Die Rehaklinik Zihlschlacht ist ein Unternehmen der VAMED Gruppe.



Die Ressourcen bei den Patienten erkennen und fördern setzt viel Einfühlungsvermögen und individuelle Therapie voraus.

Im gleichen Jahr wurde Alexandra Menig stellvertretende Leiterin der Ergotherapie, seit rund einem Jahr leitet sie die Abteilung.

Musik und Malerei – spüren, fühlen und gestalten

Malen ist seit dem 14. Lebensjahr ein zweites wichtiges Steckenpferd. Vorlieben sind Acrylfarben und abstrakte Sujets. «Hobbyfindung oder Wiederaufnahme von Hobbies ist ein ständiges Thema vor allem für unsere Parkinson-Patienten. Daher leite und motiviere ich diese immer wieder an selber zu zeichnen. Entsprechend freue ich mich dann auch, wenn ich bei Klinikaustritt eine Zeichnung von ihnen erhalte.»

Musik rundet das kreative Leben ab. «Das möchte ich wieder verstärken, es ist ein Ausgleich, der mir sehr gut tut. Ich erhalte mehr innere Ruhe und kann mich dadurch im Berufsalltag besser auf die Anliegen meiner Patienten einstellen, ihnen aufmerksam zuhören und sie therapeutisch begleiten.» Minime Unterschiede sind massgebend für den Erfolg. So wie gerade feine Töne die Musik machen.

«Ergotherapie stammt vom griechischen «ergon» und heisst soviel wie arbeiten, handeln oder tun», sagt Alexandra Menig. «So trainieren wir

mit unseren Patienten die Alltagsfertigkeiten und Fähigkeiten, sodass sie sich wieder selbstständig in ihrem Alltag versorgen können. Dazu gehört z. B. das Training von Waschen und Anziehen, aber auch Kochen und Einkaufen. Wichtig ist hier der individuelle Alltag jedes Patienten.»

Mit der Krankheit leben – aber viel besser

Einfühlungsvermögen ist entscheidend. Die körperlichen Einschränkungen sind oft personenbezogen und vielschichtig. Zeitgemässe Ergotherapie ist somit betätigungsorientiert und klientenzentriert und setzt ideenreiches Therapieren voraus. «So ist es besonders vorteilhaft, dass alle in unserem Ergotherapie-Team vielseitig ausgebildet sind, aber gleichzeitig auch ausgesprochene Spezialgebiete beherrschen. So können wir in sehr spezifische Indikationen therapieren. Wichtig ist uns die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Ärzten, Pflegenden und mit anderen therapeutischen Abteilungen, um das gemeinsame Ziel mit dem Patienten zu erreichen. Das optimal zusammengesetzte Ganze spricht für eine moderne Neuro-Rehabilitation, wie wir sie hier in Zihlschlacht verstehen und praktizieren – damit wir die Ressourcen unserer Patienten klar erkennen und gezielt fördern. Sie lernen dabei Neues,

mit ihrer Krankheit zu leben und ihren Alltag leichter zu bewältigen.»

Selber in Bewegung bleiben

Die Ergotherapie der Rehaklinik Zihlschlacht sorgt für Bewegung und öffnet neue Perspektiven. Der weitere Schwerpunkt liegt bei der Schulter / Armrehabilitation. Zur raschen gezielten Therapie gehört beispielsweise das eigenentwickelte Schulter-Arm-Hand-Konzept der Rehaklinik Zihlschlacht, das namentlich spezifische Behandlungspfade beinhaltet. Hierzu gehört eine Arm+-Gruppe. «Hier setzen wir bei geeigneten Indikationen ein forciertes Arm-Training um. Es beinhaltet viele Wiederholungen. Neben funktionellen oder alltagsorientierten Übungen kommt hier meist die Robotik mit dem Armeo® zum Einsatz, um 2 ½ bis 3 Stunden gezieltes Arm-Training pro Tag durchzuführen. Durch einen immer in Entwicklung befindlichen Armtrainingsraum gibt es die Möglichkeit, in hoher Intensität und jeder Phase der Rehabilitation die Arm/Handfunktionen optimal zu fördern. Hier ist es der Anspruch meines Teams und von mir, neue Therapiemethoden und Technologien mit Alltagsaktivitäten zu verbinden.»

«Uns allen ist es ein grosses Anliegen, selber in steter Bewegung zu bleiben. Neue theoretische

und praktische Impulse, die gerade von Mitarbeitenden her kommen, die zu uns stossen oder Anregungen, die wir selber nach besuchter Fortbildung mitbringen, finden bei uns einen gesunden Nährboden in der täglichen praktischen Arbeit. Wir wollen uns lernend weiterentwickeln, neue Ideen aufnehmen, selber Impulse geben und unseren Patienten auch künftig erstklassige Therapien für mehr Selbstständigkeit und Lebensqualität bieten.»

Weitere Informationen

www.rehaklinik-zihlschlacht.ch

rehaklinik
ZIHLSCHLACHT

Eine Gesundheitseinrichtung der  **VAMED**
health.care.vitality.



Feine und kräftige Töne in bester Harmonie – im Berufsleben wie in der Freizeit

Fremdinsert