

Ergo Therapie



bei
chronischen
Schmerzen



Über mich:

Mein Name ist **Reinhild Burkard**. Ich bin seit über 30 Jahren als Ergotherapeutin in verschiedenen Fachbereichen tätig. Aufgrund eigener leidvoller Erfahrungen mit chronischen Schmerzen habe ich mich intensiv mit diesem Thema auseinandergesetzt und weitergebildet. So habe ich Wege erlernt, wie man wieder die Kontrolle über die Schmerzen bekommt und trotz Schmerzen ein gutes, freudvolles Leben leben kann. Um meine KlientInnen auf ihrem Weg noch besser unterstützen zu können, habe ich zusätzlich eine Systemische Coaching - Ausbildung abgeschlossen. **Ergotherapie zusammen mit Coachingelementen** empfinde ich als eine sehr wertvolle Kombination in der Therapie bei chronischen Schmerzen hin zur Wiedererlangung von Lebensfreude und Aktivität.

*Es geht nicht darum,
dem Leben mehr Tage zu geben,
sondern den Tagen mehr Leben!*

So kommen Sie zur Ergotherapie:

Für die Durchführung der Ergotherapie ist eine **ärztliche Verordnung für Ergotherapie** (in der Regel 10x Ergotherapie für 60 min) notwendig.

Bei manchen Krankenkassen muss diese chefärztlich bewilligt werden.

Nach Abschluss der Therapie können Sie die Honorarnote bei Ihrer Krankenkasse für eine Teilrefundierung (80% der Kassentarife) einreichen.

Ich freue mich, von Ihnen zu hören und stehe gerne für alle Fragen zur Verfügung:

Reinhild Burkard
Ergotherapeutin mit
Kompetenz in Systemischem Coaching

Praxis „inVia“
2404 Petronell- Carnuntum
Bruckerstraße 43,
www.in-via.at

Tel.: +43 681 81 500 122
Email: ergotherapie.burkard@gmx.at

Chronische Schmerzen beeinträchtigen oft das alltägliche Leben massiv und werden zu einem quälenden Begleiter. Energielosigkeit, Vermeidungsverhalten, Niedergeschlagenheit und Rückzug sind oft die Folge.

Ergotherapie unterstützt Sie in dieser sehr herausfordernden Zeit und entwickelt mit Ihnen zusammen individuell abgestimmte Wege aus der Schmerzspirale heraus, hin zu mehr **Lebensqualität und Aktivität**.

Ergotherapie ist z.B. bei folgenden **Diagnosen** indiziert:

- Chronische Schmerzen (z.B. bei chronischen Rückenschmerzen, aufrechtem Schmerzgedächtnis nach geheilten Verletzungen...)
- Neuropathischen Schmerzen (Nervenschmerz)
- CRPS (Komplexes regionales Schmerzsyndrom)
- Schmerzen bei Arthrosen
- Phantomschmerzen

u.v.a.m.

Sie wollen:

- **Energie** für wichtige Tätigkeiten Ihres Alltags und für Ihre Hobbies haben
- wieder **Freude an Bewegung** haben
- wissen wie **Schmerzverarbeitung** funktioniert und wie man sie **beeinflussen** kann
- über einen **Werkzeugkoffer voller Tools** verfügen, um selbstwirksam bei Schmerzen handeln zu können
- motiviert bei notwendigen Übungen dranbleiben und den „inneren Schweinehund“ besiegen
- auf Selbstfürsorge und Ihre Bedürfnisse achten
- eine sichere und wertschätzende Atmosphäre und Raum für Ängste und Sorgen haben
- selbst aktiv Ihr Leben gestalten und wieder die **Kontrolle zurückgewinnen**
- eigene Kraft spüren und Ihre Ressourcen erkennen

Dann kann ich Sie in der **Ergotherapie** auf Ihrem **Weg zu mehr Aktivität und Lebensfreude** begleiten!

Was in der Ergotherapie geschieht:

Ergotherapie ist ein wichtiger Teil einer multimodalen, interdisziplinären Schmerztherapie.

Ergotherapie legt den Fokus auf die **Betätigungen des Alltags** und die Handlungsfähigkeit zur Erreichung der bestmöglichen **Lebensqualität trotz Schmerzen**.

Folgende **Maßnahmen** werden u.a. durchgeführt:

- Gemeinsame Analyse Ihrer derzeitigen Handlungsfähigkeit und Ihres Schmerzverhaltens im Alltag
- Schmerzedukation (Schmerzen verstehen)
- Übungen zur Beeinflussung des Schmerzgedächtnisses
- Schmerzmanagement - Aufbau hilfreichen Schmerzverhaltens in Ihrem Alltag
- Entspannungsübungen
- Spiegeltherapie
- Desensibilisierungsmaßnahmen
- Nachhaltige Gelenkschutzmaßnahmen
- Erlernen wirbelsäulengerechten Bewegens
- Umweltgestaltung und Wohnraumanpassungen
- Erlernen von Motivationsstrategien