



# Praxis für Ergotherapie Isabel Fuchs

## Spiegeltherapie in der Ergotherapie

Spiegeltherapie ist eine neue Methode, um Schmerzen zu behandeln. Die Therapie wurde vor zehn Jahren in den USA entwickelt. Auch in Deutschland wird Sie seit Längerem erfolgreich durchgeführt. **Sie wird angewandt bei** Phantomschmerzen nach Amputationen, Schlaganfällen sowie bei Hand-/ Beinverletzungen und vielen anderen Schmerzzuständen. Hierbei wird ein Spiegel so in der Körpermitte des Patienten platziert, dass Bewegungen des gesunden Arms durch den Blick in den Spiegel wahrgenommen werden. Die betroffene Hand liegt gut gelagert hinter dem Spiegel. Der Patient schaut in den Spiegel und nimmt seine nicht betroffene Hand wahr, als wäre es die betroffene Seite. Zu Beginn der Spiegeltherapie werden einfache Bewegungen mit der gesunden Seite durchgeführt, später dann auch mit verschiedenen Medien z.B. funktionellen Spielen. Da-

bei ist der Blick des Patienten weiterhin auf den Spiegel gerichtet, ohne dass eine Bewegung der betroffenen Seite stattfindet. Beim Blick in den Spiegel entsteht beim Patient der Eindruck, die zu behandelnde Seite bewegt sich normal. Wichtig ist bei der Spiegeltherapie, dass der Patient die Bewegungen seiner im Spiegel sichtbaren Hand ganz aufmerksam verfolgt. Hierdurch ergibt sich eine „optische Täuschung“. Es entsteht also der Eindruck, als würde sich die betroffene Seite bewegen. Durch diese Methode werden bestimmte Hirnareale beansprucht, die zur Schmerzlinderung beitragen. Zum einen scheint die Spiegelung der optisch wahrgenommenen Bewegung der jeweiligen

Hand, eine Stimulation der dazugehörigen Gehirnhälfte zu bewirken und somit die nicht tatsächlich bewegte Hand anzuregen.

**Das Ziel der Spiegeltherapie** ist es, Schmerzen zu lindern, Bewegungen zu erweitern und Wahrnehmungen zu normalisieren.

