

SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ
FATİH SULTAN MEHMET EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ
FİZİKSEL TIP VE REHABİLİTASYON KLİNİĞİ

Ergoterapi Nedir?

Ergoterapi bireyin bütün ihtiyaçlarını göz önüne alarak, bireyin işlevselliğini, bağımsızlığını, aktivite performansını ele alan; bireyi psikolojik, fiziksel, duyuşsal olarak destekleyen bütüncül bir sağlık disiplindir. Yapılan bütün müdahaleler kişiye özeldir ve kapsamlı bir değerlendirme sonrası bireyin istekleri göz önüne alınarak bir tedavi planı oluşturulur. Bireyin yeteneklerine ve özelliklerine göre koyulan kısa ve uzun vadeli hedefler değişiklik gösterirken ana hedef bireyin mevcut durum ve becerilerini en üst düzeye çıkarmak ve çıkartılmış bu düzeye hayatına bağımsızlık düzeyini arttırmış şekilde devam edebilmesidir.

Delikli Materyal İle Kavrama

Bütün parmaklarınızı deliklerden geçiriniz ve parmaklarınızı birbirine yaklaştırıp temas etmesini sağlayınız(5-10 sn). Geri açabildiğiniz kadar açınız(5-10sn). 10'ar tekrar başlıyıp ilerleyen zamanlarda arttırınız.



Kurdale Bağlama

Delikli bir materyalin içerisinde kurdale veya ip benzeri materyalleri geçiriniz. Burada sırasıyla deliklerden ipi yukarıdan aşağıya geçirme, aşağıdan yukarıya geçirme ve kurdale bağlama çalışınız.



Deliklerden Çubuk Geçirme

Çubukları deliklere yerleştiriniz ve geri çıkarınız.



Legolar ile Parmaklarımızı Çalıştırma

Legolar ile araba ve ev gibi değişik nesnelere yapınız.



Bardaklarla Hafıza ve Kavrama

Başlangıç seviyesi için üç bardak ile başlayınız. İ göstermeyen bardaklarımızdan birisinin içine bir nesne koyup bardakların yerlerini seri halde değiştiriniz. Ve objenin hangi bardakta olduğunu bulunuz. Bardak sayısını 4, 5 olarak arttırabilirsiniz.



Fırçalama

Bir fırça ile ellerinizi aşağıdan yukarıya doğru fırçalayınız ve mümkün olduğunca fırçayı kaldırmayınız. Fırçanızın kıllarının sertliğini duyuşal toleransınıza göre seçiniz. El kremi ile ellerinize ve parmaklarınıza yuvarlak hareketlerle masaj yapınız.



Kum Havuzunun İçerisinde Materyal Bulma

Geniş bir kaba kum (materyal değişimi için pirinç, bulgur, fasulye kullanılabilir.) koyunuz. Kumun içerisine materyaller(boncuk, lego parçası) saklayınız ve onu bulmaya çalışınız. İlerleyen aşamalarda göz bandı ile gözleri devreden çıkarabiliriz.



Hazırlayanlar: Erg. İrem Rana BOLAT, Fzt. Nazan Suna VURAL, Prof. Dr. İlknur AKTAŞ