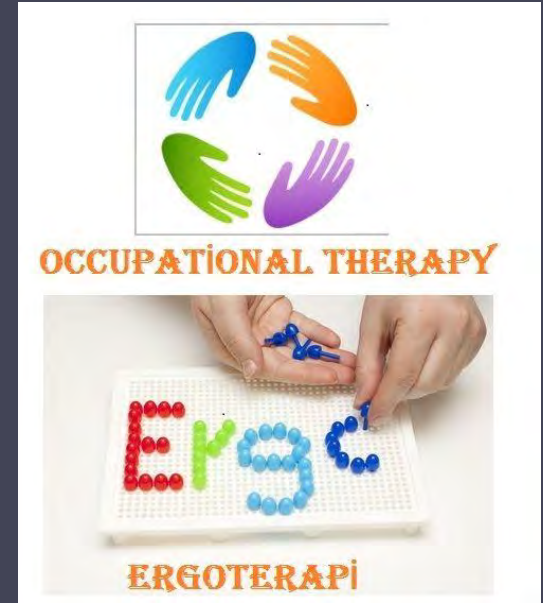


# ERGOTERAPİ

MSc. Yeşim TOLA



- **Ergotherapy:** uğraş terapisi
- Occupational therapy: **uğraş** terapisi
- Vocational therapy: **iş odaklı** terapi, mesleki rehabilitasyon????
- Work therapy ?????
- **Clubhouse:** USA'da hasta ve yakınlarının önderliğinde kurulan rehabilitasyon merkezi
- Neurocognitive enhancement therapy: kognitif **fonksiyonları hedefleyen genellikle bilgisayar destekli** uygulanan terapi

---

🔍 nephrology in occupation therapy (30)

PubMed

---

🔍 ergotherapy in dialysis (1)

PubMed

---

🔍 ergotherapy (191)

PubMed

---

🔍 occupation therapy in dialysis (99)

PubMed

---

# Çalışmaların meslek gruplarına göre dağılımı

- Fizyoterapistler
- **Sosyal çalışmacılar**
- Psikologlar/psikiyatristler
- **Hemşireler**
- Hekim

# Ergoterapi

- “Ergo” Yunanca “iş” "uğraş"
- Ergoterapi; kişilerin günlük yaşamındaki **bağımsızlığını** ve yaşam **rollerini** iş/uğraş ve **aktivite edindirilerek** yapılan terapi ve rehabilitasyon programıdır.

# İş ve uğraşı terapisi,

- Sağlığı iyileştirmek ve sürdürmek, **patolojiyi düzeltmek ve azaltmak amacıyla** kişinin belirlenen aktivite ve görevlerde performansını düzeltme, güçlendirme ve artırmaya; **adaptasyon ve üretkenlik için gerekli olan beceri ve fonksiyonları** öğrenmeye katılımını sağlayan bir bilim ve sanattır.

# YETİ YİTİMİ

kısıtlanma ya da kayıp



# Dünya'da 'Yeti Yitimi'ne En Çok Yol Açan 10 Hastalık (Dünya Sağlık Örgütü)

1. Depresyon
2. Demir eksikliği anemisi (Kansızlık)
3. Düşme ve ev kazaları
4. Alkol kullanımı
5. Kronik kısıtlayıcı akciğer hastalığı
6. İki uçlu duygudurum bozukluğu
7. Doğumsal anomaliler
8. Osteoartritis
9. Şizofreni
10. Obsesif kompulsif bozukluk



# Amaç 1

- Bir hastalık, kaza veya deformediteden sonra geride kalan kapasiteleri geliştirerek hastanın bağımsız bir yaşam için maksimum seviyeye ulaşmasına yardım etmektir.

## Amaç 2

- Hayata küsmüş veya yaşam sevincini yitirmiş kişileri tekrar **hayatın merkezine** bir iş/uğraş ve aktivite edindirerek **çekmeyi** amaçlar.

# AMAÇ



- Kaybedilmiş yada kısıtlanmış yetilerin yerine konması ile hastaların ve yakınlarının sosyal ve ekonomik hayata geri kazandırılması sonucunda **yaşam kalitesinin** arttırılması

# Tarihçesi

- Dünyada 1890 lı yıllarda konuşulmaya başlanmış bir tanımlamadır. En çok da ikinci dünya savaşında kullanılmıştır.
- Bizde 1961 yılında Prof. Dr. İhsan Doğramacı ile Hacettepe Üniversitesi'nde Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Okulu'nda temeli atılmış,
- 1996 yılında Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nde İş ve Uğraşı Yüksek Lisans ve Doktora Programları başlamıştır.
- 2009 Sağlık Bilimleri Fakültesi altında Ergoterapi Lisans programı kurulmuştur.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ  
ERGOTERAPİ BÖLÜMÜ



HACETTEPE UNIVERSITY  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
OCCUPATIONAL THERAPY

# Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi

**Journal of Occupational Therapy and Rehabilitation**

ISSN 2147 - 8945

Cilt 1, Sayı 1, Mayıs 2013

Volume 1, Number 1, May 2013

# En çok kullanılan alanlar

- **Nöroloji**
- Ortopedi
- Romatoloji
- **Çocuk hastalıkları**
- Psikiyatri
- Geriatri

# En çok ilişkilendirilen bilimler

- Fizyoterapi
- Psikoloji
- **İletişim**
- Sosyoloji
- Sanat gibi alanlar ile **multidisipliner** olarak **çalışmaktadır.**





# NE Saęlarlar

- Bireyin kendi bedenini tanımıası
- Hastalığın yol ağtığı veya ağabileceği hasarları tespit etmek (kognitif bozukluklar, epifiz kayması vb.)
- Hastanın, tedavi sürecine aktif olarak katılması ve kendi kendine yardım edebildiğini görmesi
- Bağımsızlık duygusunu tanıma/tanımlama
- Üretkenlięi özendirme
- Rollerini pekiştirme

# Yeti Kaybında

## Bireyler

- **Beden algılarından**
- Evrende var olan rollerden
- Fiziksel aktivitelerden
- Kendilerine zevk veren uğraşlardan
- **Geçmişteki kapasitelerinden**
- **Kendilerine yeni tanımlamalar yapmak**
- Regrese olmak/ Rollerden vaz **geçmek**
- Tembellik ve eve kapanma
- **Zevk almaktan utanma/suçluluk**
- Yeni kapasitelerinin olma/arama **düşüncesinden**

# Beden imgesi bozuklukları

- Karınlarında taşıdıkları sıvı
- Kollarındaki çirkin yumrular
- Renal osteodistrofi yamulmuş kol ve bacak
- Solukluk
- Saç dökülmesi
- Cinsel fonksiyonların kaybı
- Tad alma duyusunda değişiklikler
- Uyku bozuklukları
- Çocuklarda boy kısalığı

# Roller

Yaşamın gereği rollerdir. Okul öncesi çocukluk, öğrencilik, anne ve babalık görevi, ev kadınlığı, iş, gönüllü işler, emeklilik

- 1-Günlük yaşam aktiviteleri
- 2-Çalışma ve üretici aktiviteler
- 3-Oyun ve boş zaman aktiviteleri
- 4-Tedaviye uyum
- 5-Sosyal uyum

## • TEDAVİYE ADAPTASYON

- Sıvı kısıtlaması
- İlaç kullanımı

HEMODİYALİZ VE SÜREKLİ AYAKTAN PERİTON  
DİYALİZİ UYGULANAN HASTALARIN YETİ YİTİMİ,  
DEPRESYON VE ANKSİYETE YÖNÜNDEN  
KARŞILAŞTIRILMASI

COMPARISON OF PATIENTS ON HEMODIALYSIS AND CONTINUOUS  
AMBULATORY PERITONEAL DIALYSIS IN TERMS OF DEPRESSION,  
ANXIETY AND DISABILITY

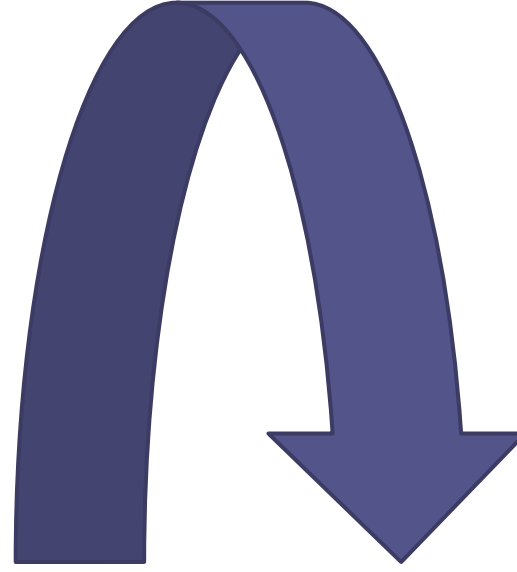
Nurdan Erengin\*, Nilgün Keçecioğlu, Mükerrerem Güven\*, Metin Sarıkaya, Murat Tuncer,  
Sadife Özcan, Gültekin Süleymanlar, Fevzi Ersoy, Gülşen Yakupoğlu

Akdeniz Üniversitesi Tıp Fak. Nefroloji Bilim Dalı, \*Psikiatri Anabilim Dalı, ANTALYA

- Diyaliz tedavisi gören hastalarda depresyon ve anksiyete başta olmak üzere çeşitli ruhsal sorunların varlığı
- Bedensel yeti yitimi sosyal yeti yitimine de yol açar.

- Dikkat ve hafıza gibi kognitif becerilerde görülen zayıflık dikkat çekicidir
- Diyaliz hastalarında sık görülen ruhsal sorunlar ve bununla ilişkili **yeti yitimi tedaviye uyum ve hastalığın prognozuna olabilecek kötü etkileri nedeniyle önemlidir.**





Sağlık ve iyi olmanın artırılmasında  
YAŞAM KALİTESİ önem kazanmaktadır.



# Yaşam kalitesi

- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)'nün 1948'de, sağlığı "yalnızca hastalığın bulunmayışı değil, fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak tam bir iyilik hali" olarak tanımlamasından sonra, **sağlıkla ilişkin iyilik halinin ölçülebilmesi için**, yaşam kalitesi kavramı sağlık hizmetleri uygulamaları ve araştırmalarında giderek artan bir önem kazanmıştır.

- Yaşam kalitesi, bireylerin kendi kültürleri ve değerler sistemi içinde **kendi durumlarını algılayış** biçimidir.
- Kişinin fiziksel fonksiyonlarını, psikolojik durumunu, aile içindeki ve dışındaki sosyal ilişkilerini, çevre etkilerini ve inançlarını da kapsamaktadır.

*Türk Nefroloji Diyaliz ve Transplantasyon Dergisi / Official Journal of the Turkish Nephrology Association*

# **HEMODİYALİZİN PSİKIYATRİK YÖNLERİ**

## **THE PSYCHIATRIC ASPECTS OF HEMODIALYSIS**

**Dr. Can Cimilli**

Dokuz Eylül Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, İzmir

- Fiziksel Fonksiyon
- Fiziksel Rol
- **Ađrı**
- **Genel Sağlık**
- Enerji
- Sosyal Fonksiyon
- Emosyonel Rol
- **Mental Sağlık**

- Hastaların ortalama yaşam kalitesi puanları incelendiğinde fiziksel rol, genel sağlık, sosyal fonksiyon, emosyonel rol, mental sağlık ve depresyon ana alanların ortalama puanları fiziksel fonksiyon, ağrı ve enerji puanlarına göre daha düşük bulundu

Yani hasta toplum içindeki rollerini ve mental sağlığını kaybetti ise canı daha çok ağrıyor fiziksel olarak da daha kötü hissediyor.

# NEDEN ERGOTERAPİYE İHTİYACI VAR

## DİYALİZE BAĞLI KAYIPLAR

- 1) Fiziksel işlev kaybı: Hastada kronik böbrek yetmezliğinin bazı belirtileri devam eder (özellikle bulantı, kaşıntı, halsizlik, efor sorunu). Buna diyaliz seansı sırasında kan basıncı düşmesine bağlı belirtiler eklenir.
- Tüm bunlar hastada **sağlığını ve özerkliğini** yitirdiği ve tekrar kazanamayacağı endişesine neden olur.

2) Ekonomik güvence kaybı: Ailede bir bireyin diyaliz programına girmesi **ekonomik yıkım** oluşturmaktadır.

- işgücü kaybı
- tedavi masrafları,
- özenli mutfak masrafı
- diyaliz merkezlerinin bulunduğu büyük kentlerde yaşama zorunluluğu

- Diyaliz başlı başına bir mesai oluşturduğundan hasta bireyden **aynı performansta çalışması** beklenmemelidir
- Hasta erkekse bazen karısı çalışmaya başlamakta, hasta kadınsa kocası diyaliz nedeniyle **işini aksatmaktadır**.



3. Aile Düzeni Bozulması: Eşlerin hastaya psikolojik yakınlık gereksinimi yanısıra **agresyon** içinde olduklarını göstermiştir
- Diyalizin başlangıç dönemlerinde aile bireylerinin hasta ile **aşırı ilgili** oldukları, sonra ilgilerini kaybettikleri, dost ve akrabaların da arayıp sormadıkları gözlenmektedir.

- Bu durum transplantasyonda da sorun oluşturur. Aile bireylerinin **başlangıçta böbrek vermeye gönüllü** iken giderek vazgeçmeleri sık görülmektedir. Buna karşılık, hastalarda da aile bireylerinin söz ve davranışlarına karşı aşırı duyarlılık ortaya çıkmaktadır.
- Diyaliz hastalarının eşlerinin hastalara olumsuz duygular geliştirmelerinin önemli bir nedeni de hastaların **cinsel işlev** kayıplarıdır.

# PSİKOLOJİK ÖZELLİKLER

- Tüm bu kayıplar diyaliz hastalarında kendilerine özgü birtakım **uyum bozukluklarına** neden olmaktadır. Bu bozukluklar kişiden kişiye önemli ölçüde değişmekle birlikte bazı ortak psikolojik örüntülerden kaynaklanmaktadır

# Bağımlılık - bağımsızlık çatışması:

- Hiçbir kronik hasta diyaliz hastaları kadar kuruma bağımlı değildir.
- Diyaliz hastaları aynı anda birbirine zıt iki durum
  - a) Bir makineye bağımlı olan, diyetine dikkat etmesi, hastalığın ve tedavinin yan etkilerini (özellikle halsizlik, uykuya eğilim) kabul etmesi gereken bir hastadır.
  - b) Günün diğer saatlerinde tümüyle sağlıklı bir insan gibi davranması beklenir.

- Bazıları aşırı bağımlılığı tercih eder, **hasta rolünü benimser** ve yaşam sorumluluklarından uzaklaşırlar.
- Bağımlılıktan korkanlar ise hastalığa ve tedaviye isyan ederler.

# Yaşam-Ölüm Çatışması

- Diyaliz hastaları ölüm düşüncesinden çok, uzamış yaşamın sorunları ile meşguldürler.
- Zaten öleceğim ne gerek var

# İnkar Eğilimi:

- Sıklıkla inkar mekanizmasına başvururlar
- Diyalizi geçici bir tedavi olarak düşünür
- Birçok hasta bir süre sonra iyileşeceğini düşünür.

# İş ve Uğraşı Terapisti (Ergoterapist)

a) Bireyin ev, iş ve okul ortamlarında fonksiyonel potansiyelini değerlendirerek performansını en üst düzeye çıkarmak ve çevreye uyumunu sağlamak için önerilerde bulunur.

- Değişim odası planlamak
- Ev içinde rampa yada tutunma barları oluşturmak
- Not kağıtları ile talimat oluşturmak
- Büyüteç ve aydınlatmayı arttırarak görme fonksiyonlarını arttırmak





b) Bireylerin hastalık ve engellilik sonucu ortaya çıkan fonksiyonel sınırlılıklarını değerlendirir, günlük faaliyetlerini ve mesleklerini sürdürecek uygulamaları yapar.



c) Hastaların duygusal, psikososyal, gelişimsel ve fiziksel yeterliliklerini mesleği ile ilgili ölçüm ve testleri kullanarak değerlendirir.



ç) Günlük yaşam aktivitelerinde bağımsızlığı sağlamaya yönelik yöntemler ile araç-gereçleri belirler ve kullanımını oğretir.



d) Bireysel ve grup olarak mesleki, sosyal, sanatsal ve eğitim aktivitelerinin kullanımıyla ilgili rehabilitasyon programları yapar ve uygular.



e) Duyu algı motor bütünleşme eğitimini ve bu alanlarda iş ve uğraşı terapisi uygular.



f) Kişilerin topluma katılımını etkileyen kişisel çevresel ve aktivite performansına ait engelleri değerlendirir.



g) Dışlanmış bireylerin topluma kazandırılması için gerekli değerlendirme ve rehabilitasyon işlemlerini yürütür.









# Öyleyse amacımız

- Kişilerin bağımsızlığını, ev, sosyal ve iş yaşamlarının gereği rollerini kimseye muhtaç olmadan yapabilmelerini sağlamak
- Teknik, yasal ve davranış engellerini ortadan kaldırarak kişilerin iş yapabilme potansiyellerini artırmak
- Bireylerin iş bulabilmelerine yardımcı olmak ve Avrupa iş kazandırma stratejilerini ülkemizde uygulayabilmek (politik)
- Aktivite ve rol performanslarını artırarak yeterliliklerini ve toplumsal katılımlarını sağlamak
- Anlamlı ve amaçlı fiziksel ve zihinsel ergoterapi aktiviteleri ile kişilerin yaşam stilini değiştirmeyi içeren koruyucu stratejiler geliştirmek.

