

Mit einem Schlag ist alles anders - auch für Angehörige

Nicht nur für die Betroffenen, auch die Angehörigen ändert sich das Leben durch einen Schlaganfall von einer Minute auf die andere. Plötzlich sind sie nicht nur Ehemann, Sohn oder Schwester, sondern auch Gesundheits-Manager, Pfleger oder Psychologe.

Fast drei Millionen pflegebedürftige Menschen in Deutschland

Rund 2,9 Millionen Menschen beziehen in Deutschland Leistungen aus der Pflegeversicherung. Etwa jeder vierte davon wird stationär in einem Heim betreut. Diese Zahl bedeutet auch: Der überwiegende Teil der Pflegebedürftigen lebt in den eigenen vier Wänden - teils mit Unterstützung durch Pflegedienste, teils aber auch nur von ihren Angehörigen betreut. Schlaganfälle sind der häufigste Grund für erworbene Behinderungen im Erwachsenenalter. Deswegen sind zahlreiche Betroffene auch langfristig auf Hilfe von anderen angewiesen.

Fest steht: Irgendjemand hat bestimmt schon einmal die gleiche Erfahrung gemacht und kann davon erzählen.

Helfer brauchen Hilfe

Angehörige von Schlaganfall-Patienten sollten sich früh informieren, welche Ansprüche und Möglichkeiten sie haben. Ohne professionelle Beratung ist es kaum möglich, sich durch den Dschungel des Gesundheitssystems durchzuarbeiten. Ist die Akutphase im Krankenhaus vorbei, kommen schnell unzählige Fragen auf: Hat mein Angehöriger Anspruch auf einen Pflegegrad und einen Schwerbehindertenausweis? Kann ich mir eine berufliche Auszeit für die Pflege nehmen? Woher kommt das Geld für den Wohnungsumbau? Wie finde ich einen guten Pflegedienst oder eine Haushaltshilfe? Es gibt zahlreiche Beratungsstellen, unter anderem bei Städten und Gemeinden oder bei Wohlfahrtsverbänden. Auch die Mitglieder von Selbsthilfegruppen tauschen viele Informationen aus. Denn fest steht: Irgendjemand hat bestimmt schon einmal die gleiche Erfahrung gemacht und kann davon erzählen.

Leistungen einfordern

Viele Betroffene und Angehörige rufen gar nicht alle Leistungen ab, die ihnen zustehen würden. Manchmal aus Scham oder (falscher) Bescheidenheit, manchmal aus Unwissen. Das kann vom Pflegegeld für Angehörige gehen bis zum Recht auf einen regelmäßigen Fahrdienst. Die Erfahrung zeigt: Nicht immer werden alle Anträge beim ersten Versuch genehmigt. So begutachtet zum Beispiel ein Mitarbeiter des Medizinischen Dienstes die Betroffenen in ihrem Wohnumfeld und schätzt ein, wie viel Pflegebedarf vorhanden ist. Dabei ist es wichtig, keine Defizite herunterzuspielen oder Schwächen herunterzuspielen. Im Zweifelsfall zählt bei der Einstufung in einen Pflegegrad jede Minute, die für bestimmte Pflegeschritte benötigt wird. Im Zweifelsfall ist es sinnvoll, Widerspruch gegen die Entscheidungen der Kranken- oder Pflegekassen einzulegen oder sogar einen Rechtsbeistand einzuschalten. Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe bietet regelmäßig eine telefonische Rechtsberatung an, bei der Sie sich über die verschiedenen Möglichkeiten informieren können.

Auf sich selbst achten

Die Pflege von Angehörigen wird von der Gesellschaft oft als selbstverständlich angesehen. Dabei leisten die Pflegenden unglaublich viel: Mehr als 35 Stunden pro Woche pflegen Angehörige im Schnitt. Das hat der Sozialverband VdK errechnet. Bei einem höheren Grad der Einschränkungen sogar mehr. Das bedeutet eine enorme physische und oft auch psychische Belastung. Um dieser Belastung auch längerfristig gewachsen zu sein, brauchen die Pflegenden unbedingt eigene Freiräume und Auszeiten. Was dafür infrage kommt, weiß jeder für sich selbst am besten. Das kann der regelmäßige Spieleabend mit Freunden ebenso sein wie Sport oder ein Restaurantbesuch. Auch eine Tagespflege, bei der die Betroffenen tagsüber in einer Einrichtung versorgt werden und abends und am Wochenende zu Hause sind, kann eine Option sein. Urlaub ist mit oder ohne den pflegebedürftigen Angehörigen möglich. Er kann in Heimatnähe für einige Wochen in einer Kurzzeitpflege untergebracht werden. Es gibt aber auch Hotels, die nicht nur barrierefreie Zimmer bieten, sondern auch eine Pflege vor Ort organisieren.