



STIFTUNG
DEUTSCHE
SCHLAGANFALL
HILFE

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Rehabilitationssport nach Schlaganfall – Kurzvorstellung Projektidee

Partnerbüroworkshop

Miriam Mashkooori

Gütersloh, 27.02.2020



Inhalt

1. Ausgangslage

- a) Herausforderungen der Versorgung
- b) Mobilitäts- und Bewegungsförderung bei Schlaganfall-Patienten
- c) Rehabilitationssport nach Schlaganfall

2. Zielsetzung des Projektes

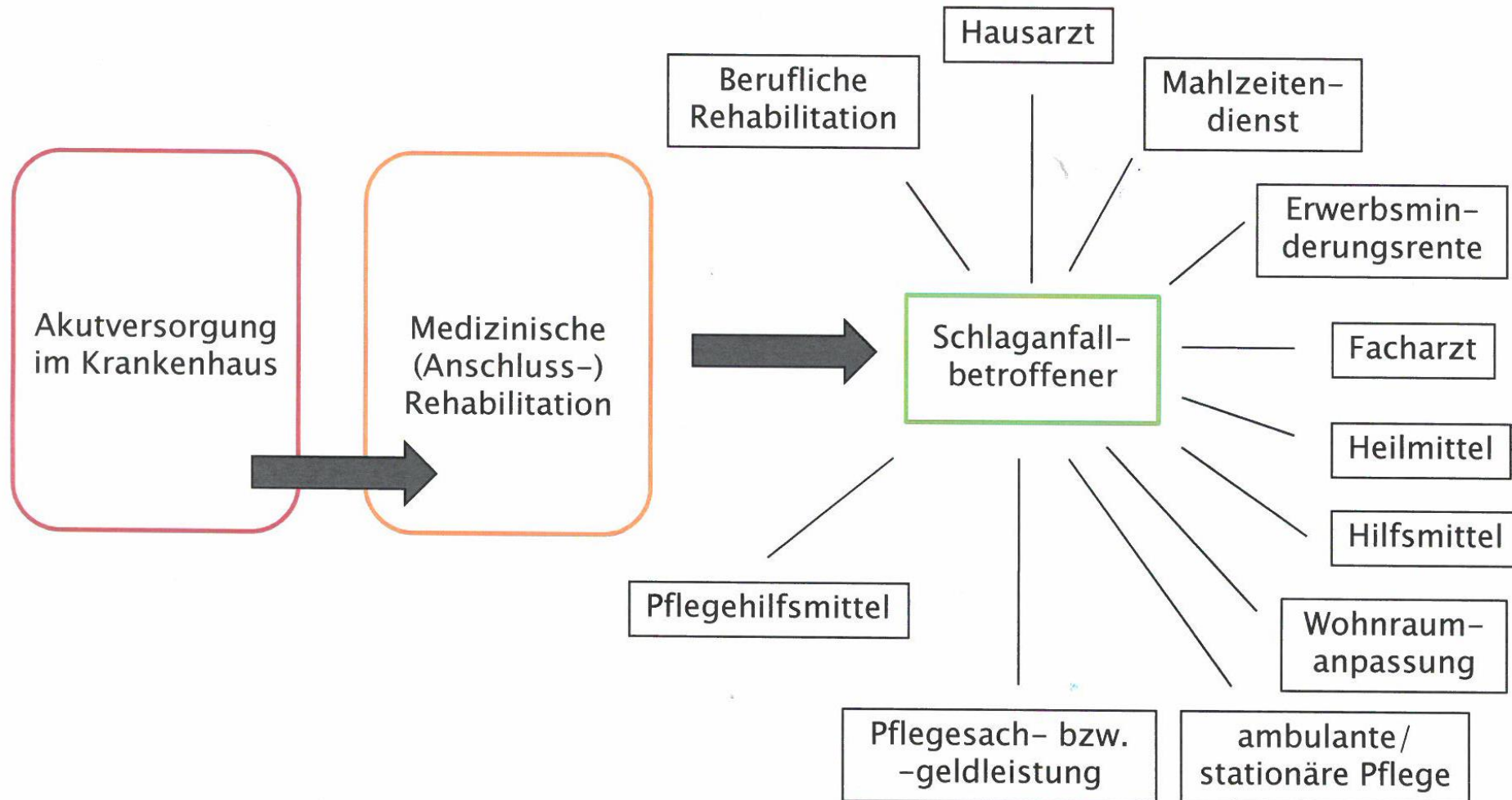
3. Umsetzung

4. Diskussion



Ausgangslage

Herausforderungen der Versorgung





Ausgangslage

Mobilitäts- bzw. Bewegungsförderung

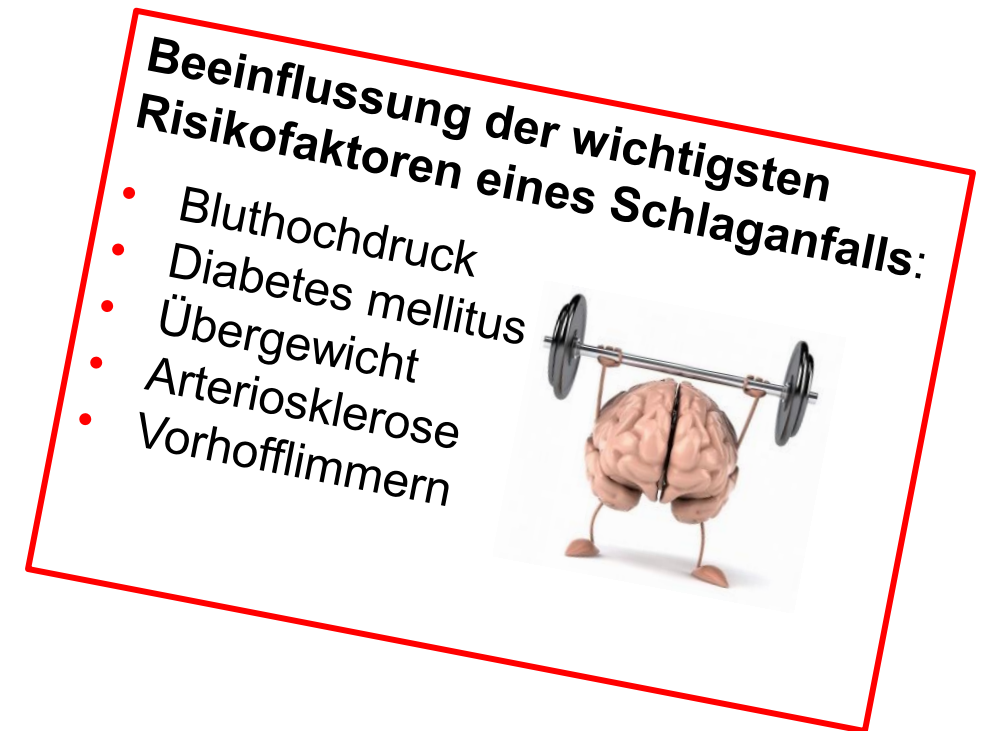
- Bestandteil der **Rehabilitationskette** am Wohnort
 - Wiederherstellung **motorischer Funktionen**
 - verbesserte **Bewältigung** von Alltagssituationen
 - die Wiedererlangung von **Körpergefühl, Koordination, Wahrnehmung**
 - Verhinderung/Verringerung von **Pflegeaufwänden**
- Schaffung neuen Selbstvertrauens und Stärkung des **Selbstwertgefühls**, Verbesserung der **Lebensqualität**
- Mobilität = Grundvoraussetzung für **soziale Teilhabe**
 - Vermeidung von sozialer Isolation, Einsamkeit bis hin zu Depressionen
- Als Teil der **Sekundärprävention: Verhinderung von Schlaganfall-Rezidiven**
 - **Entwicklung einer gesundheitsorientierten Lebensweise**



Ausgangslage

Mobilitäts- bzw. Bewegungsförderung - Sekundärprävention

- Senkung des Blutdrucks
- Senkung der Blutfette
- Regulation des Blutzuckers
- Durchblutung und Versorgung der Skelettmuskulatur
- Verbesserung Fließeigenschaft des Blutes und damit Verringerung der Thromboseneigung
- Verbesserung der Atem- und Lungenfunktion



Aber: keine ausreichende Anzahl an Rehasportgruppen mit dem Schwerpunkt „Schlaganfall“



Zielsetzung des Projekts

- **Entwicklung & Aufbau einer dichten Angebotsstruktur an Schlaganfall-Rehasportgruppen** in Nordrhein-Westfalen
- **Akzeptanz** des Angebotes Sport nach Schlaganfall
 - bei Mediziner*innen, Therapeuten, Pflegepersonal
 - bei den Betroffenen und Angehörigen
- **Verbesserung der Schlaganfall-Versorgung** – sowohl strukturell als auch auf individueller Ebene
- Nachweis, dass das Angebot hinsichtlich **Output und Outcome** zu einer Verbesserung beiträgt
- zielgruppenorientierte, nutzerfreundliche und bedarfsorientierte Aufbereitung zur **schnellen Multiplikation**



Umsetzung (I/II)

- **„Förderfonds“ für Sportvereine**
 - Bei Gründung einer **neuen** Schlaganfall-Rehasportgruppen oder von **zusätzlichen** Gruppen
- **Serviceleistungen:**
 - Leitfaden zur Gründung einer Rehasportgruppe (Handlungshilfe für Vereine)
 - Praxisbroschüre mit methodisch-didaktischen Hinweisen und Praxisbeispielen
 - Öffentlichkeitsarbeit



Umsetzung (II/II)

- Erfahrungsaustausch für Übungsleiter über Workshops
- Werben für die Sportidee bei den bestehenden Schlaganfall-Selbsthilfegruppen durch sog. „Schnupperseminare“
- Verknüpfung mit dem Schlaganfall-Helfer Projekt & Partnerbüros
- Evaluation
- Implementierung und Betreuung der Gruppen
- Qualitätssicherung

Partner:
Behinderten- und
Rehabilitationssportverband
Nordrhein-Westfalen e. V.
Landessportbund Nordrhein-
Westfalen e. V.

Diskussion



Fragen?

Anregungen?

Ideen?

Vorschläge?

Tipps?

Unterstützung?!



Unterstützung

Bedeutung von Rehasport

Ablauf einer Stunde

Weg zur Verordnung

Hilfe bei der Suche einer Gruppe

Akzeptanz bei Medizinern,
Therapeuten,
Pflegepersonal

Ggf. Hilfe beim Gründen einer Gruppe

...



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Weiterführende Informationen



Ein offenes Ohr für Ihre persönlichen
Fragen hat unser
Service- und Beratungszentrum:

Telefon: 05241 9770-0

E-Mail: info@schlaganfall-hilfe.de

Mo. - Do.: 9:00 - 17:00 Uhr

Fr.: 9:00 - 14:00 Uhr

schlaganfall-hilfe.de

facebook.com/schlaganfallhilfe

twitter.com/Schlaganfall_Dt

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

STIFTUNG



DEUTSCHE
SCHLAGANFALL
HILFE

Ansprechpartnerin:

Miriam Mashkooi

Bereich Prävention und Integrierte Versorgung

Tel: 05241 - 9770 20

E-Mail: miriam.mashkooi@schlaganfall-hilfe.de



schlaganfall-hilfe.de