

Informationen für Angehörige

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe bietet zahlreiche Informationen auf ihrer Internetseite. Kontaktdaten, unter anderem zu Selbsthilfegruppen und Regionalbüros, sind ebenfalls aufgelistet. Die Telefonberatung ist montags bis donnerstags von 9 bis 17 Uhr erreichbar sowie freitags von 9 bis 14 Uhr.

Telefon: 05241 9770-0

www.schlaganfall-hilfe.de

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Viele Informationen rund um die Pflege bietet eine speziell eingerichtete Seite des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

www.wege-zur-pflege.de

Bundesministerium für Gesundheit

Das Bundesgesundheitsministerium hat unter anderem einen Online-Ratgeber Pflege und einen Pflegeleistungshelfer, der aufzeigt, welche finanzielle Unterstützung Ihnen zusteht.

www.bundesgesundheitsministerium.de

BAGSO

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) berät unter anderem zu Themen wie „Pflege zu Hause“ und „Pflege im Heim“ und hat auf ihrer Internetseite viele hilfreiche Tipps und Links zusammengestellt. Außerdem gibt sie mehrere Ratgeber heraus, darunter „Entlastung für die Seele – ein Ratgeber für pflegende Angehörige“.

www.bagso.de

Verbraucherzentrale

Mit der Vereinbarkeit von Pflege und Beruf, der sozialen Absicherung von pflegenden Angehörigen und vielen weiteren Themen, etwa dem Elternunterhalt, beschäftigt sich die Verbraucherzentrale.

www.verbraucherzentrale.de

Beratungsstellen

Pflegekassen

Die Pflegekassen haben eine gesetzliche Verpflichtung zur persönlichen Pflegeberatung. Ihre Krankenkasse kann Ihnen die zuständige Ansprechperson vor Ort nennen.

www.pflegeberatung.de

(Initiative Gesetzlicher Krankenversicherungen)

www.compass-pflegeberatung.de

(Initiative Privater Krankenversicherungen)

Bundesministerium für Gesundheit

Am Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit beantworten Ihnen die Mitarbeitenden Fragen rund um die Pflegeversicherung. Die Hotline ist montags bis donnerstags von 8 bis 18 Uhr und freitags von 8 bis 12 Uhr erreichbar.

Telefon: 030 340 606 602

Pflegestützpunkte

Die deutschlandweiten Pflegestützpunkte kombinieren die Beratungsangebote von Kommunen und Pflegekassen. Das Zentrum für Qualität in der Pflege stellt auf seinen Internetseiten eine Datenbank mit den Adressen aller Stützpunkte zur Verfügung.

www.bdb.zqp.de

Hilfe in der Not

Telefonseelsorge

Die Telefonseelsorge steht rund um die Uhr zur Verfügung. Es gibt auch die Möglichkeit zur Mail- oder Chat-Beratung.

Telefon: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

www.telefonseelsorge.de

Psychologische Onlineberatung

Wenn die Pflege zur seelischen Belastung wird, erhalten Angehörige hier anonym und kostenfrei Hilfe und Unterstützung von einem speziell ausgebildeten Psychologen-Team.

www.pflegen-und-leben.de



Stand: April 2024

Weitere Informationsmaterialien können Sie auf unserer Internetseite bestellen und herunterladen.
schlaganfall-hilfe.de/materialien



Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Schulstraße 22, 33330 Gütersloh

Service- und Beratungszentrum

Telefon: 05241 9770-0

Telefax: 05241 9770-777

E-Mail: info@schlaganfall-hilfe.de

Internet: schlaganfall-hilfe.de

facebook.com/schlaganfallhilfe

x.com/schlaganfall_dt

instagram.com/schlaganfallhilfe

Spendenkonto

Sparkasse Gütersloh-Rietberg-Versmold

IBAN: DE80 4785 0065 0000 0000 50

BIC: WELADED1GTL



Informationen für Angehörige



Ein Schlaganfall trifft nie einen Menschen allein

schlaganfall-hilfe.de



Drei gute Ratschläge

Jedes Jahr erleiden in Deutschland rund 270.000 Menschen einen Schlaganfall. Er ist der häufigste Grund für erworbene Behinderungen im Erwachsenenalter.

Die Erkrankung verändert die Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen radikal. Ein Großteil der pflegebedürftigen Betroffenen wird zu Hause gepflegt, meist von Familienangehörigen oder dem Partner beziehungsweise der Partnerin.

Psychisch und physisch bringt die neue Situation für Angehörige eine große Belastung mit sich. Weil ein Schlaganfall immer plötzlich kommt, haben sie keine Zeit, sich darauf vorzubereiten.

Wichtig für die Angehörigen sind in diesem neuen Lebensabschnitt vor allem drei Dinge:



1. Informieren Sie sich ausführlich über den Schlaganfall und seine Folgen, um besser auf die betroffene Person eingehen zu können und sie gut zu fördern. Häufig fällt es Betroffenen schwer, ihre neue Situation anzunehmen. Manche entwickeln gar kein Krankheitsbewusstsein, auch das kann eine Auswirkung des Schlaganfalls sein.



2. Achten Sie bei allem Einsatz auch auf sich selbst, gönnen Sie sich Auszeiten und gehen Sie weiter eigenen Interessen nach. Niemandem ist geholfen, wenn Sie sich bis zur totalen Erschöpfung aufopfern.



3. Nehmen Sie Kontakt zu anderen Betroffenen und Angehörigen auf, um Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen (zum Beispiel in einer Selbsthilfegruppe).

Was Angehörige wissen sollten

Jeder Schlaganfall ist anders. Wenige Betroffene sind nach einigen Tagen wieder fit, bei anderen bleiben schwerste Behinderungen. Die Bandbreite dazwischen ist groß. Welche Folgen ein Schlaganfall mit sich bringt und wie schwer diese ausfallen, hängt vor allem von der betroffenen Hirnregion ab. Die häufigsten Folgen nach Schlaganfall sind:

Halbseitenlähmung

Schlaganfall-Betroffene können oft unmittelbar nach dem Ereignis eine Körperhälfte nicht mehr richtig spüren und/oder kontrollieren. Ein Arm kann nicht gehoben werden und das Bein bietet keinen stabilen Halt mehr. Das Gehen ist eingeschränkt und manchmal nur mit Hilfsmitteln möglich. Fachkräfte aus Physio- und Ergotherapie helfen Betroffenen, die Beweglichkeit zu fördern und die Mobilität im Alltag zu verbessern. Auch Sanitätshäuser unterstützen auf dem Weg zurück in ein selbstständiges Leben.

Sprachstörung

Sich nicht mehr verständigen zu können, hat enorme Auswirkungen auf die Kommunikation und somit das soziale Leben. Eine Sprachstörung (Aphasie) stellt häufig einen großen Stressfaktor dar. Betroffene sprechen zum Beispiel nur noch einzelne Wörter; haben Schwierigkeiten, die richtigen Worte zu finden, sie nutzen Wörter falsch, verwechseln Laute, sprechen nur noch in sehr kurzen Sätzen oder nutzen häufig Umschreibungen. Unterstützung zur Verbesserung der Sprache und Kommunikation bieten logopädische Praxen.

Schluckstörung

Eine Schluckstörung (Dysphagie) kann unmittelbar nach dem Schlaganfall, aber auch erst einige Tage später auftreten. Sie ist ad hoc nicht durch äußerliche Anzeichen zu erkennen. Deswegen sollte man insbesondere in der akuten Phase Rücksprache mit dem Pfltegeteam oder der Logopädin halten, was die betroffene Person in welcher Form zu sich nehmen darf. Im späteren Verlauf kann eine verlangsamte Nahrungs- beziehungsweise Flüssigkeitsaufnahme, häufiges Verschlucken, Hustenanfälle oder Atemnot auf eine Dysphagie hinweisen. Auch dann sind Logopäden die richtigen Ansprechpersonen.

Kognitive Beeinträchtigungen

Konzentration, Belastbarkeit, Tag-Nacht-Rhythmus, Sehvermögen – der Schlaganfall kann auf vieles Einfluss haben. Neuropsychologinnen und -psychologen sind in der Lage, diese Defizite durch Tests herauszufinden und Therapien anzubieten, die eine Besserung versprechen.

Wesensveränderungen

Wenn eine Person nach einem Schlaganfall „nicht mehr sie selbst“ ist, betrifft das das komplette soziale Umfeld. Wichtig zu wissen ist, dass sich die Betroffenen nicht bewusst aggressiv, teilnahmslos oder ungeduldig geben, sondern dass diese Wesensveränderung eine Folge ihrer Erkrankung ist. Deswegen ist es wichtig, sich frühzeitig professionelle Hilfe zu suchen. Neuropsychologinnen, Psychologen und Psychotherapeutinnen stehen dabei als Ansprechpersonen zur Seite.

Depression

Ein Schlaganfall ist für die Betroffenen ein tiefer Einschnitt ins Leben, den sie erst verarbeiten müssen. Rund ein Drittel der Betroffenen entwickelt eine Depression. Die gute Nachricht: Heilung ist möglich, jedoch sollte professionelle Hilfe, zum Beispiel aus Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie, in Anspruch genommen werden.

Vorbereitungen für das Leben zu Hause

Während sich die Betroffenen noch in der Akut- bzw. Rehaklinik befinden, bereiten die Angehörigen – sofern möglich – die Rückkehr in die eigenen vier Wände vor. Folgende Fragen können dabei unter anderem eine Rolle spielen:

- Wer unterstützt mich bei der häuslichen Pflege?
- Sind Hilfsmittel oder Umbaumaßnahmen erforderlich, damit die betroffene Person im häuslichen Umfeld zurechtkommt?
- Welche Therapien sollen zuhause fortgesetzt werden?

Eine kompetente Beratung zu allen Themen rund um die Entlassung bietet der Sozialdienst der jeweiligen Klinik.

Auch eine frühzeitige Kontaktaufnahme mit dem Hausarzt und/oder der Neurologin sowie den therapeutischen Ansprechpersonen (Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Neuropsychologie, Psychotherapie) ist ratsam. Erste Termine zu vereinbaren, kann einen reibungslosen Übergang in das häusliche Umfeld unterstützen. Wenn es um das Thema Hilfsmittel und Umbaumaßnahmen geht, sind Sanitätshäuser die richtige Anlaufstelle.

