

4/23

Das Magazin der Deutschen Schlaganfall-Hilfe

# thala

SCHWERPUNKT

Menschen mit  
besonderem  
Hilfebedarf

Seite 10

KAMPAGNE

## MIRJAM SPRICHT

Seite 32

REHABILITATION

Späte Fortschritte  
sind möglich

Seite 18

MESSE

Neues und  
Bewährtes

Seite 20

ERNÄHRUNG

Nüsse –  
gesunde Multitalente

Seite 38



Erfahren Sie ihre Geschichte  
auf [gemeinsam-stark.team](https://gemeinsam-stark.team)

[schlaganfall-hilfe.de](https://schlaganfall-hilfe.de)

30  
JAHRE



STIFTUNG  
DEUTSCHE  
SCHLAGANFALL  
HILFE

**myomo**<sup>®</sup>  
my own motion

Kontaktieren Sie uns bei Fragen oder um  
die MyoPro<sup>®</sup> Orthese kostenlos zu testen!  
Unser Expertenteam beantwortet gerne Ihre Fragen.

[kontakt@myomo.com](mailto:kontakt@myomo.com)  
[www.myomo.de](http://www.myomo.de)

Besonders  
geeignet bei  
**Lähmung und  
Spastik nach  
Schlaganfall**

## Wieder Greifen und Bewegen mit der MyoPro<sup>®</sup> Armorthese

Die MyoPro<sup>®</sup> Orthese ist das erste **myoelektrisch betriebene** Orthesensystem für **Arm und Hand** und ermöglicht Menschen mit einem Funktionsverlust des Armes und der Hand durch z.B. **Schlaganfall, Querschnitt oder Verletzung des Plexus brachialis** eine Wiederherstellung der verlorenen gegangenen Funktionen in der betroffenen Hand (Greifen, Halten und Öffnen) sowie im Arm (Heben, Halten und Strecken).



QR Code scannen  
und Video zur  
MyoPro<sup>®</sup> Orthese  
ansehen!



# LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,



schon wieder ist ein Jahr vorbei. Wie fällt Ihre Bilanz aus? Die Welt befindet sich in einer schwierigen Phase. Nach Jahren der Stabilität und des Wachstums empfinden viele Menschen jetzt große Unsicherheiten. Da tut es gut, den Blick auf die positiven Entwicklungen zu richten, von denen es weiterhin viele gibt.

2023 feierte die Schlaganfall-Hilfe ihren 30. Geburtstag. Als ich 1993 die Stiftung gründete, war der Schlaganfall noch ein Stiefkind der Medizin. Viele Menschen verstarben daran, und wer schwerbehindert überlebte, zog sich oft aus Scham zurück. Heute überleben fast doppelt so viele Menschen. Ist das nicht eine wunderbare Entwicklung?

Viele Betroffene finden heute sogar zurück in ein lebenswertes Leben. Unterstützung erhalten Sie dabei oft in einer der 350 Selbsthilfegruppen in unserem Netzwerk. Oder durch einen der 650 ausgebildeten ehrenamtlichen Schlaganfall-Helfer, die es bereits in Deutschland gibt. Und immer mehr Menschen werden von unseren professionellen Schlaganfall-Lotsen begleitet.

Schauen Sie manchmal Vorabendserien im TV? Dann wird Ihnen vielleicht unsere Schlaganfall-Lotsin Bianca Naß begegnet sein. In der UFA-Produktion „Alles was zählt“ war sie zu sehen in der Rolle einer Schlaganfall-Lotsin (s. S. 35). Die Schlaganfall-Hilfe hat die UFA

bei der Produktion beraten – eine schöne Kooperation, um das Thema Aufklärung in die Mitte der Gesellschaft zu rücken.

Ganz besonders auf Begleitung angewiesen sind Menschen, die manchmal durch das Raster unserer Gesellschaft fallen. Es sind Betroffene mit besonderen Hilfebedarfen, um die es im Schwerpunktthema dieses Heftes geht (S. 10). Die aufgrund ihrer Einschränkungen oder Probleme nicht den direkten Weg gehen können. Sie brauchen dringend einen Menschen an ihrer Seite, der sich professionell um sie kümmert.

In besonderer Weise gilt das für Kinder. Noch immer wissen viele Menschen nicht, dass der Schlaganfall auch die Kleinsten treffen kann, sogar Ungeborene im Leib ihrer Mutter. Ich freue mich sehr, dass wir schon vier Schlaganfall-Kinderlotsen in Deutschland etablieren konnten. So finden betroffene Familien in allen Regionen Halt und Hilfe. Im Herbst eröffnete das neue Kinderzentrum Bethel in Bielefeld, an dem eine unserer Lotsinnen arbeitet (S. 33). Was dort entstanden ist, hat mich tief berührt!

Liebe Leserin, lieber Leser, finden Sie nicht auch, dass diese Beispiele Hoffnung machen? Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, selbst ein Stück Hoffnung zu spenden? In der Mitte dieses Heftes finden Sie die Möglichkeit dazu. Ich würde mich sehr freuen.

Ihre

**Liz Mohn**

Präsidentin der Stiftung  
Deutsche Schlaganfall-Hilfe

# INHALT



- |           | <b>schwerpunkt</b>  | <b>service</b> | <b>gut versorgt</b>  |
|-----------|---|----------------|--|
| 10        | <b>Besonderer Hilfebedarf</b><br>Wenn kein Schema passt   | 6              | <b>Jeder Schlaganfall ist ein Notfall</b><br>Holen Sie sich die kostenlose App FAST-Test |
| 12        | <b>Experteninterview</b><br>„Vieles ist möglich“          | 23             | <b>Produktnews</b><br>Für ein Leben nach dem Schlaganfall                                |
| 14        | <b>Befragung</b><br>Schwerbehinderung schafft Hilfebedarf | 27             | <b>Ihr gutes Recht</b><br>Wichtige Urteile zur Teilhabe                                  |
| <b>15</b> | <b>Junge Pflege</b><br>Zu jung fürs Altersheim            | 42             | <b>Buchrezension</b><br>„Lebenslektionen meiner Mutter“                                  |
| 16        | <b>Schlaganfall-Folgen</b><br>Kognitive Einschränkungen   |                | 18 <b>Rehabilitation</b><br>Späte Fortschritte sind möglich                              |
| 17        | <b>Neuropsychiatrie</b><br>Schlaganfall trifft Psyche     |                | 20 <b>Messe Rehacare</b><br>Neues und Bewährtes für die Reha                             |
|           |   |                | 22 <b>Neurologie-Kongress</b><br>Alzheimer im Fokus                                      |
|           |   |                | 24 <b>Hilfsmittel-Versorgung</b><br>Individualität im Mittelpunkt                        |
|           |   |                | 25 <b>Tagung</b><br>Bis jeder einen Lotsen bekommt                                       |
|           |   |                | 26 <b>Patientenlotsen</b><br>Leitstellen für die Nachsorge                               |



**28**



**33**

**engagiert**

- 28 Workshop 55+**  
Die unsichtbaren Folgen
- 29 Spenden**  
Ihre Hilfe für junge Menschen
- 30 Bad Neustadt**  
Neue Selbsthilfe-Gruppe
- 31 Beratung vor Ort**  
Partner-Büro Minden
- 32 Kampagne „Gemeinsam stark“**  
Mirjam spricht
- 33 Kindlicher Schlaganfall**  
Stiftung unterstützt Kinderzentrum

**besser leben**

- 36 Bewegung**  
Ab auf die Tanzfläche
- 38 Ernährung**  
Nüsse – gesunde Multitalente
- 40 Reisen**  
Winterzauber in Österreich
- 44 Rätsel**  
Fit im Kopf
- 3 editorial**
- 8, 34 aktuell**
- 46 termine, impressum**

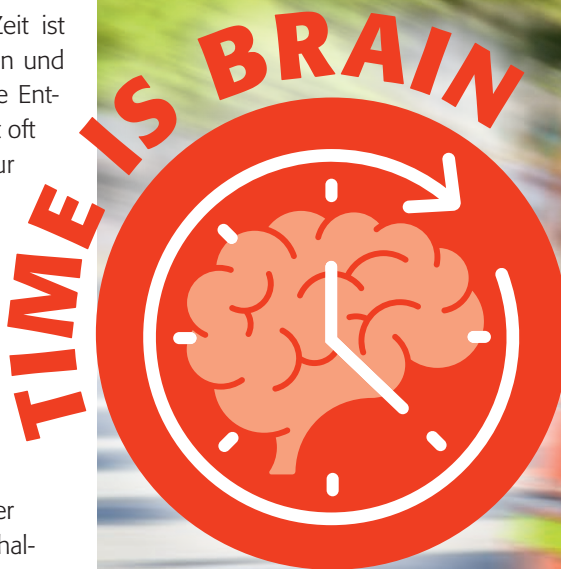


**38**

# JEDER SCHLAGANFALL IST EIN NOTFALL – 112!

Seit Jahren kämpfen Fachleute in der Schlaganfall-Behandlung um jede Minute. „Time is brain“ sagen sie, „Zeit ist Gehirn“, weil ohne Behandlung Gehirnzellen absterben und wichtige Funktionen verloren gehen können. Doch die Entscheidung über das weitere Leben der Betroffenen fällt oft vor der Klinik, weil viele Menschen zu lange zögern. Nur 25 Prozent der Patientinnen und Patienten erreichen eine Klinik innerhalb der ersten zwei Stunden nach Symptombeginn.

Wer abwartet, geht ein hohes Risiko ein: Jede Stunde, die ein Patient später in die Klinik kommt, verringert sich die Wahrscheinlichkeit eines guten Behandlungsergebnisses um 14 Prozent. Zum Welt Schlaganfall-Tag 2023 gab die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe deshalb das Motto aus: „Jeder Schlaganfall ist ein Notfall – 112!“. Die Aufklärung über die Symptome eines Schlaganfalls und das richtige Verhalten im Notfall standen im Mittelpunkt. Noch immer kennen viele nicht die kostenlose App „FAST-Test“, entwickelt von der Schlaganfall-Hilfe. Mit drei einfachen Fragen lässt sich ein Schlaganfall-Verdacht überprüfen und der Notruf auslösen.



## INFORMATIONEN

Alle wichtigen Informationen rund um den Notfall Schlaganfall und die App FAST-Test der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe finden Sie im Internet: [schlaganfall.de](http://schlaganfall.de).







# IST VEGETARISMUS VERANLAGT?

Nichts gegen ein gutes Stück Fleisch, doch der Trend zu vegetarischer Ernährung hält an. Manche Menschen werden Vegetarier, um Krankheiten vorzubeugen. Für andere steht der Tierschutz im Vordergrund. Die dritte Gruppe hat zwar eine dieser Überzeugungen, scheitert aber an deren Umsetzung. Wieso ist der Heißhunger auf Schnitzel, Bratwurst und Co. größer als die Vernunft? Der Pathologe Dr. Nabeel Yaseen (Chicago) glaubt, eine mögliche Antwort gefunden zu haben. „Wir denken, dass hierbei die Veranlagung eine Rolle spielt, die bisher übersehen wurde“, zitiert das Deutsche Ärzteblatt den Forscher. Sein Team identifizierte bestimmte Gene, die dafür verantwortlich sein könnten. Pflanzliche Lebensmittel und Fleisch unterscheiden sich durch ihre Fette. Yaseen vermutet, dass es im Fleisch Fettkomponenten geben könnte, die manche Menschen brauchen. Sie verfügten nicht über die genetischen Voraussetzungen, diese Komponenten selbst herzustellen. Allen anderen falle es deutlich leichter, auf Fleisch zu verzichten. *rio*



tigo



Rent & Buy entdecken

**THERA**  
TRAINER

## Ihr Trainingspartner für Bewegung zuhause

- ✓ vom Stuhl oder Rollstuhl aus
- ✓ ermöglicht das Training der Beine und Arme
- ✓ mit und ohne Motorunterstützung
- ✓ fördert die Stoffwechselforgänge
- ✓ aktiviert das Herz-Kreislauf-System
- ✓ verbessert die Ausdauer und die Beweglichkeit
- ✓ stärkt die Muskulatur
- ✓ erhöht die Mobilität

**Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns. Wir unterstützen Sie oder Ihre Angehörigen bei allen Fragen und Anliegen.**

T +49 7355-93 14-0 | info@thera-trainer.com

[www.thera-trainer.com](http://www.thera-trainer.com)

KRANKENKASSEN  
ERSTATTUNGSFÄHIG





# OPERIEREN CHIRURGINNEN BESSER?

OP-Schwester reicht Instrumente, Chirurg nimmt Eingriff vor – diese klassische Rollenverteilung existiert noch heute nahezu weltweit.

In Deutschland sind nur etwa 20 Prozent der Chirurgen Frauen. Schweden erreicht mit 32 Prozent bereits einen Spitzenwert. Doch macht es eigentlich einen Unterschied, ob Frauen oder Männer operieren? Möglicherweise schon, wie eine Auswertung internationaler Daten vermuten lässt, die jetzt das Deutsche Ärzteblatt veröffentlichte. Eine kanadische Studie etwa untersuchte 25 häufige



Operationsarten und stellte fest: Operieren Frauen, kommt es seltener zu Komplikationen und Sterbefällen. Eine schwedische Studie kam zu ähnlichen Ergebnissen, vermerkte jedoch, dass Chirurginnen länger operieren als ihre männlichen Kollegen. Trotz zahlreicher Studien lassen sich eindeutige Aussagen aus diesen Ergebnissen nur bedingt treffen, denn Faktoren wie etwa die Schwere der Fälle wurden darin nicht berücksichtigt. Eine Tendenz jedoch scheint erkennbar. Sie könnte lauten: Frauen operieren vorsichtiger und brauchen länger, verursachen so aber weniger Komplikationen. *rio*

## UNSER ANTRIEB: AUTOFAHREN NACH SCHLAGANFALL.

Auch nach einem Schlaganfall kannst Du in vielen Fällen wieder selbständig mobil sein. Wir helfen Dir gerne dabei mit unseren individuellen Umbaulösungen für Dein Fahrzeug, z.B. mit unserem neuen Multifunktionslenkradknopf „Multimote“.

Mehr auf [www.paravan.de](http://www.paravan.de)





Wer nicht ins Schema passt, kann sich schnell allein fühlen. Menschen mit besonderem Hilfebedarf haben es schwer, die passenden Angebote zu finden.

ES GIBT  
VIELE RICHTLINIEN,  
DOCH MANCHMAL HÄLT  
SICH DAS LEBEN  
NICHT AN SIE.

## BESONDERER HILFEBEDARF

# WENN KEIN SCHEMA PASST

Schlaganfall-Betroffene in Deutschland werden gut versorgt. Doch wenn sie besondere Angebote benötigen, kann die Suche zur Herausforderung werden.

**M**enschen mit besonderem Hilfebedarf“, diese Formulierung aus dem Sozialrecht meint Menschen, die an einer psychischen Störung oder einer Behinderung leiden und sich selbst oder andere gefährden. Auch das kommt mitunter nach einem Schlaganfall vor. Doch Schlaganfall-Betroffene können noch ganz andere Bedarfe entwickeln. Die Erkrankung ist – leider – so vielschichtig wie ihre Folgen.

Hirnorganische Veränderungen können zu schweren Verhaltensstörungen führen. Die sind belastend für alle Seiten, die Betroffenen, die Angehörigen und das Hilfesystem. Denn Kliniken und Rehabilitationseinrichtungen behandeln meist eine Grunderkrankung. Dabei setzen sie auf die Therapietreue ihrer Patienten und sind selten auf herausforderndes Verhalten eingestellt.

Auch wenn psychisch kranke oder geistig behinderte Menschen Schlaganfälle erleiden, benötigen sie besondere Hilfen für ihre Rehabilitation. Oft sind es gerade die kognitiven Einschränkungen, die besondere Hilfebedarfe wecken. Dazu zählen auch schwere Sprachstörungen.

Seit vielen Jahren sorgt sich die Düsseldorferin Erika Pullwitt um ihren Mann, der von einer globalen Aphasie betroffen ist. Auszeiten traut sie sich kaum

noch zu nehmen. Natürlich gäbe es Kurzzeitpflegeplätze, doch das Problem bleibt die Kommunikation: Sie findet keine Einrichtung, in denen sich die Pflegenden mit Aphasie auskennen. Erika Pullwitt ist für ihren Mann die einzige Brücke zur Welt.

Der Schlaganfall trifft nicht nur alte Menschen. Sind Jüngere so schwer betroffen, dass ein Verbleib in der eigenen Wohnung kaum möglich ist, wird die Suche nach einer passenden Einrichtung meist zur Herausforderung. In Pflegeheimen leben hochbetagte, oft auch demenziell erkrankte Menschen. Junge Schlaganfall-Patienten finden dort kaum das passende Umfeld.

Es gibt fundierte Studien, Behandlungsleitlinien und Zertifizierungen, doch manchmal hält sich das Leben nicht an sie. Was, wenn die Folgen des Schlaganfalls in kein Schema passen? Wenn der Leidensdruck der Betroffenen die angebotenen Hilfen übersteigt? Wenn Angehörige ans Ende ihrer Kräfte gelangen?

Besondere Hilfebedarfe kommen häufiger vor, als man denkt. Sie sind so individuell, dass es keine Pauschalrezepte für sie gibt. Dennoch versuchen wir in diesem Schwerpunkt, exemplarisch einige Themen anzusprechen und – soweit möglich – Betroffenen und Angehörigen Ratschläge an die Hand zu geben. *rio*

## EXPERTEN-INTERVIEW

# „VIELES IST MÖGLICH“



Seit zwölf Jahren begleitet der Dresdner Uwe Helbig Patientinnen und Patienten und deren Angehörige durch das erste Jahr nach dem Schlaganfall. Der Schlaganfall-Lotse ist gelernter Krankenpfleger und zertifizierter Case-Manager. Mario Leisle fragte ihn nach Ratschlägen, die er Menschen mit besonderen Hilfebedarfen geben kann.

**Herr Helbig, wenn man über besonderen Hilfebedarf spricht, muss man umgekehrt auch fragen: Gibt es eigentlich den typischen Schlaganfall?**

Aus meiner Erfahrung gibt es ihn nicht. Natürlich hat man wiederkehrende Problematiken und viele Fragen wiederholen sich. Aber wir haben in unserem Lotsenprogramm über tausend Patienten betreut. Da hat jeder seine individuelle Note.

**Wie helfen Sie eigentlich Betroffenen, die die Ursache ihres Schlaganfalls gar nicht kennen?**

Das sind Menschen, die haben zumindest einen besonderen Beratungsbedarf. Man geht davon aus, dass ungefähr dreißig Prozent der Betroffenen die Ursache nicht kennen. Man sucht weiter, aber manchmal findet man nichts. Das macht es gerade für jüngere Patienten schwer. Man muss ihnen erklären, dass sie vielleicht lebenslang Medikamente einnehmen müssen, ohne genau zu wissen, warum.

**Haben jüngere Betroffene einen besonderen Hilfebedarf?**

Sie haben zumindest andere Fragestellungen als Menschen im Rentenalter. Da geht es um berufliche Wiedereingliederung, häufig auch um Fahrverbote, weil sie beruflich auf den Pkw angewiesen sind. Diese Themen haben wir mehrfach in der Woche.

**Jüngeren Menschen, die schwer betroffen sind, bleibt manchmal keine andere Alternative als das klassische Pflegeheim ...**

Das ist eine besondere Herausforderung. In Ballungsräumen gibt es bereits gute Angebote, auf dem Land sieht das noch anders aus. Aber auch für uns Lotsen steht die Suche nach Unterstützungsmöglichkeiten in den eigenen vier Wänden ganz oben auf der Agenda. Und unsere Patienten kommen zu fünfzig Prozent seltener in die stationäre Pflege als andere.

**Aber die meisten Patienten haben keinen Lotsen ...**

Richtig, aber wenn man sich intensiv auf die Suche macht oder gute Beratungsstellen hat, ist vieles möglich. Bei uns in Dresden ist zum Beispiel ein Netzwerk gewachsen, das heißt „Stammtisch Kopfsache“. Da treffen sich Akteure, die sich in der regionalen Versorgung vernetzen möchten. Ähnliche Netzwerke gibt es auch in anderen Regionen, danach sollte man die Augen offenhalten.

**Wo erleben Sie in Ihrem Alltag häufig einen besonderen Hilfebedarf?**

Kognitive Veränderungen werden von den Betroffenen oft quälender empfunden als körperliche Behinderungen. Für das motorische Training gibt es viele Methoden und Geräte, die es so für kognitive Störungen nicht

gibt. Die Akzeptanz des Umfeldes ist bei sichtbaren Einschränkungen deutlich höher als bei unsichtbaren.

### **Viele Angehörige beobachten psychische Veränderungen und wissen keinen Rat.**

Ja, Depressionen sind sehr häufig. Auch aggressives Verhalten erleben wir, aber nicht ganz so oft. Hirnorganische Veränderungen können das Verhalten enorm verändern. Der Hausarzt sollte erster Ansprechpartner sein, er kann zu Fachärzten überweisen. Mit der Suche nach speziellen Hilfeangeboten ist er aber zeitlich überfordert. In vielen Bundesländern gibt es Pflegestützpunkte. Die können ein Anlaufpunkt für Beratung sein.

### **Von Angehörigen hören wir immer wieder, dass eine eingeschränkte Kommunikation eine große Herausforderung ist.**

Ja, bei einer globalen Aphasie fällt der Alltag oft schwer. Ich hatte eine Patientin, die sich mittels Sprachcomputer verständigt hat. Technische Hilfsmittel sind an der Stelle ein Segen. Für die Entlastung der

Angehörigen kann die Nachbarschaftshilfe ein Ansatz sein und natürlich die Selbsthilfe.

### **Ist Selbsthilfe der Ausweg, wenn übliche Hilfen nicht greifen?**

Selbsthilfe ist weit mehr als das. Ich empfehle oft: Suchen Sie den Austausch mit anderen Betroffenen. Die können aus eigener Erfahrung sprechen, haben schon Antworten auf viele Fragen gefunden und kennen Ansprechpartner. Irgendeiner aus der Gruppe hat fast immer einen Tipp.

### **Welchen allgemeinen Rat würden Sie Betroffenen mit „besonderem Hilfebedarf“ auf den Weg geben?**

Hartnäckig bleiben, Unterstützung einfordern! Sei es bei der Krankenkasse, der Beratungsstelle oder in der Arztpraxis. Und natürlich kann man sich mit seinen Fragen immer an das Service- und Beratungszentrum der Deutschen Schlaganfall-Hilfe wenden.

**Herr Helbig, herzlichen Dank für dieses Gespräch.**

## **Treppensteigen geht auch ohne fremde Hilfe.**

Das *flexofit* Handlaufsystem bietet sicheren Halt an jeder Treppe.

**AUCH FÜR MIETER:**  
Bei Pflegegrad  
Bezuschussung bis  
**€ 4.000,-**  
möglich

Ohne zweiten Handlauf ist Treppensteigen nur mit Hilfe möglich.

... an allen Innentreppen

... in Bad und WC

... vor dem Haus oder im Garten

... mit Haltegriffen in jedem Raum

Mit zweitem Handlauf ist Treppensteigen wieder alleine möglich.

Normgerechte Handläufe an allen Innen- und Außentreppen bieten mehr Sicherheit und Unabhängigkeit für jung und alt. *flexofit* Handläufe sind ideal für die Nachrüstung im Bestand geeignet. Sichern Sie Ihre Treppe mit beidseitigen Handläufen.

**FORDERN SIE NOCH HEUTE KOSTENLOS PROSPEKTE AN ODER FRAGEN SIE IN IHREM SANITÄTSHAUS!**

Deutschlandweit  
Sanitätshäuser als  
Partner gesucht!

**flexofit**  
Individuelle Handläufe und Haltegriffe

Flexo-Handlaufsysteme GmbH  
Industriepark 310  
78244 Gottmadingen

☎ 07731 82280-0  
info@flexofit.de  
[www.flexofit.de](http://www.flexofit.de)



## BEFRAGUNG

# SCHWERBEHINDERUNG SCHAFFT HILFEBEDARF

Unsere Befragung von Patientinnen und Patienten zeigt, dass Betroffene mit einer anerkannten Schwerbehinderung oft besondere Hilfebedarfe haben.

**A**n dieser Stelle veröffentlichen wir regelmäßig Ergebnisse einer umfangreichen Befragung. Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe befragte 2021 mehr als 3.300 Betroffene in der Nachsorge. 979 nahmen an der Befragung teil. Die Hälfte der Teilnehmenden hat eine anerkannte Schwerbehinderung, mehr als sechzig Prozent hiervon sind pflegebedürftig.

## SOZIALE ISOLATION DROHT

Die Ergebnisse zeigen: Betroffene mit einer Schwerbehinderung fühlen sich offensichtlich häufiger nicht ausreichend versorgt. Und das obwohl ihr Schlaganfall teilweise mehrere Jahre zurückliegt. Besonders in den Bereichen der täglichen Aktivitäten, Mobilität, sozialen Gesundheit, Finanzen und baulichen Anpassungen wünschen sich Betroffene mit Schwerbehinderung deutlich häufiger mehr Unterstützung.

Einige Beispiele: 55,2 Prozent der Schwerbehinderten haben Probleme, Freizeitaktivitäten und Hobbys auszuüben, bei Betroffenen ohne Schwerbehinderung sind das nur 27,0 Prozent. 32,4 Prozent der Schwerbehinderten haben Schwierigkeiten, sich mit anderen zu verständigen (Vergleichswert: 15,5 Prozent). Und 40,1 Prozent der Schwerbehinderten fällt es schwer, Kontakte zu pflegen oder neu zu knüpfen (Vergleichswert: 19,4 Prozent).

## FINANZIELLE SORGEN

Ein weiterer wichtiger Unterschied: Schwerbehinderte Schlaganfall-Betroffene sind finanziell deutlich stärker belastet. So gaben 30,4 Prozent von ihnen an, aufgrund des Schlaganfalls um ihre finanzielle Situation besorgt zu sein (Vergleichswert: 14,8 Prozent). Große Unterschiede zeigen sich auch im Wohnumfeld. 20,8 Prozent der Schwerbehinderten benötigen weitere bauliche Maßnahmen im Zuhause, etwa einen Treppenlift oder eine Rampe (Vergleichswert: 7,9 Prozent).

Deutlich benachteiligt fühlen sich Schlaganfall-Betroffene mit einer Schwerbehinderung in der Gesundheitsversorgung. So gaben 14,8 Prozent der Befragten mit Schwerbehinderung an, Probleme beim Erhalt der benötigten Hilfsmittel zu haben (Vergleichswert: 3,6 Prozent). Mehr als zwei Drittel (68,1 Prozent) gar wünschen sich zusätzliche therapeutische Leistungen (Vergleichswert: 34,2 Prozent). Und 56,0 Prozent der Menschen mit Schwerbehinderung wünschen sich weitere Rehabilitationsmaßnahmen (Vergleichswert: 30,1 Prozent).

*rep/rio*

**55,2 %**



der Schwerbehinderten haben Probleme, Freizeitaktivitäten und Hobbys auszuüben.



**20,8 %**

der Schwerbehinderten benötigen weitere bauliche Maßnahmen in Ihrem Zuhause wie einen Treppenlift oder eine Rampe.

**56,0 %**



der Schwerbehinderten wünschen sich weitere Rehabilitationsmaßnahmen.

Individuelle Betreuung wird im Haus für morgen in Hamburg groß geschrieben.



## JUNGE PFLEGE

# ZU JUNG FÜRS ALTERSHEIM

Pflegeheime sind auf Seniorinnen und Senioren ausgerichtet. Doch wenn junge Menschen pflegebedürftig werden, brauchen sie eine Pflege, die sich an ihren Bedürfnissen orientiert.

**E**twa 30.000 Menschen unter 55 Jahren erleiden in Deutschland pro Jahr einen Schlaganfall – Tendenz steigend. Wer schwer betroffen ist, dem bleibt oft nur der Weg in ein Pflegeheim. Dass es auch anders geht, zeigt das „Haus für morgen“ in Hamburg, eine betreute Wohngemeinschaft speziell für Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen und körperlichen Einschränkungen.

### WOHNGEMEINSCHAFT FÜR JÜNGERE

Neun Menschen zwischen 47 und 66 Jahren leben in der Hamburger Wohn-Pflege-Gemeinschaft. Alle haben ein eigenes Zimmer mit Bad und Toilette, das sie individuell einrichten. „So kann sich jede und jeder auch mal zurückziehen“, sagt Christiane Holtappels, Projektmanagerin beim „Haus für morgen“.

Ein ambulanter Pflegedienst deckt rund um die Uhr die pflegerische Versorgung ab, niedergelassene Therapeutinnen und Therapeuten kommen nach

Verordnung in die WG. Zusätzlich zum Pflegeteam ist täglich eine Präsenzkraft für die Alltagsbegleitung der Bewohnerinnen und Bewohner vor Ort. „Das ist einer der großen Unterschiede zu einem klassischen Pflegeheim“, sagt Miriam Collée vom „Haus für morgen“, „sie finden hier ein echtes Zuhause, das ihnen so viel Eigenständigkeit wie möglich bietet, aber mit bestmöglicher therapeutischer und pflegerischer Betreuung.“ Eine Versorgung, die jedoch ihren Preis hat: Der Eigenanteil der WG-Mitglieder liegt je nach Pflegegrad bei 2.500 bis 4.500 Euro pro Monat.

### ALTERSGERECHTE TAGESGESTALTUNG

Pflegeeinrichtungen für junge Menschen stellen deren Bedürfnisse und Interessen in den Vordergrund. „Unser Ziel ist es, den jungen Menschen ein möglichst selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen und sie weitgehend am sozialen Leben teilhaben zu lassen“, erklärt Collée. Im „Haus für morgen“ versuche man zu-

dem, die Menschen wieder auf ein eigenständiges Leben vorzubereiten.

### HEIMPLÄTZE FÜR JUNGE PFLEGE FINDEN

Angebote wie das „Haus für morgen“ sind noch relativ selten, nehmen aber zu. Es lohnt sich, auf die Suche zu gehen. Wer einen Heimplatz für einen jungen pflegebedürftigen Erwachsenen sucht, kann sich im ersten Schritt an einen Pflegestützpunkt in der Nähe wenden. Dort erhalten Ratsuchende eine kostenlose Beratung sowie Auskunft über ortsnahe Hilfs- und Unterstützungsangebote. Ansprechbar sind auch die großen Wohlfahrtsorganisationen wie das Deutsche Rote Kreuz, der Paritätische Wohlfahrtsverband, der Arbeiter-Samariter-Bund (ASB), die Diakonie, die Caritas oder die Malteser. Falls eine stationäre Unterbringung aus finanziellen Umständen nicht möglich ist, kann eine Tagespflege für junge Pflegebedürftige eine Alternative sein. *mab*

**SCHLAGANFALL-FOLGEN****KOGNITIVE EINSCHRÄNKUNGEN  
NACH SCHLAGANFALL**

Jeder Schlaganfall ist anders, auch die Folgen unterscheiden sich. Sie sind abhängig von der betroffenen Hirnregion. Oft sind auch die kognitiven Fähigkeiten beeinträchtigt.

**REGELMÄSSIGE PAUSEN**

Aufmerksamkeits- und Konzentrationsstörungen sind häufige Folgen einer Hirnschädigung, zum Beispiel durch Schlaganfall. Die Betroffenen brauchen deutlich länger für viele Aufgaben als vor dem Schlaganfall. Sie sind schnell abgelenkt oder machen Fehler, wenn sie mehrere Dinge gleichzeitig erledigen. Vor allem neigen sie dazu, schnell erschöpft zu sein. Daher sind regelmäßige Pausen sehr wichtig, sodass es nicht zur völligen Erschöpfung kommt und lange Regenerationszeiten nötig werden. So kann sich die Belastbarkeit langsam steigern.

**HILFEN FÜR DAS GEDÄCHTNIS**

Auch Gedächtnisstörungen treten oft nach einem Schlaganfall auf. Während Betroffene mit starken Gedächtnisstörungen eine neuropsychologische Behandlung benötigen, können Patientinnen und Patienten mit leichteren Störungen auch spezielle Gedächtnisstrategien weiterhelfen. So kann es helfen, neuen Informationen mit besonderer Aufmerksamkeit zu begegnen. Zum Beispiel indem man sich mehr Zeit nimmt und für möglichst geringe Ablenkung sorgt. Dinge lassen sich zudem leichter einprägen, wenn sie sowohl bildlich als auch sprachlich erfasst werden. Und es ist hilfreich, das neue Wissen mit bereits bekanntem Wissen oder Emotionen zu verknüpfen. Zugleich kann es hilfreich sein, sich manche Dinge als Entlastung zu notieren. Die Notizen sollten aber gut geordnet werden, sonst wird es leicht unübersichtlich.

**ABLÄUFE PLANEN**

Eine weitere mögliche kognitive Einschränkung nach Schlaganfall ist die Planungsstörung. Betroffene haben Probleme, vorausschauend und problemlösend zu denken. Sie lassen sich leicht ablenken, sind weniger flexibel und spontan. Am wichtigsten ist es, dass Betroffene und Angehörige dieses Problem anerkennen. Im Alltag können dann vorgeplante Abläufe helfen. Betroffene und Angehörige können sie gemeinsam erstellen. Wichtig ist, dass die Pläne immer genug Pausen und Zeitpuffer bieten. Sollten diese Strategien nicht ausreichen, um die kognitiven Folgen eines Schlaganfalls zu mildern, kann Betroffenen eine ambulante neuropsychologische Behandlung weiterhelfen. *abr*

**INFORMATIONEN**

Der „Ratgeber Schlaganfall, Schädelhirntrauma und MS“ von Dr. Caroline Kuhn enthält viele hilfreiche Informationen zu kognitiven Einschränkungen nach Schlaganfall und zum Umgang mit ihnen.

**Caroline Kuhn:**  
Ratgeber Schlaganfall, Schädelhirntrauma und MS. Das Leben mit neurologischer Erkrankung gestalten, Springer, 2018, ISBN: 978-3-662-57321-1







Wenige spezialisierte Rehakliniken verfügen über geschützte Stationen.

## NEUROPSYCHIATRIE

## SCHLAGANFALL

# TRIFFT PSYCHE

Ein Schlaganfall hinterlässt oft unsichtbare Folgen wie Depressionen, Angstzustände und Verhaltensstörungen. Sie können in Kliniken mit neuropsychiatrischem Schwerpunkt behandelt werden.

### WAS IST NEUROPSYCHIATRIE?

Die Neuropsychiatrie ist ein medizinisches Fachgebiet, das sich mit psychischen Störungen befasst, die durch Erkrankungen des Nervensystems wie zum Beispiel den Schlaganfall verursacht werden. Vereinfacht ausgedrückt, bedeutet dies, dass sich Neuropsychiatrinnen und Neuropsychiatern mit Krankheiten und Störungen befassen, die das Denken, Fühlen und Verhalten eines Menschen beeinflussen. Andererseits können neuropsychiatrische Erkrankungen aber auch als Reaktion auf zum Beispiel körperliche Einschränkungen nach dem Schlaganfall entstehen.

### NEUROPSYCHIATRISCHE KLINIKEN

Ein Schlaganfall hinterlässt sehr häufig auch unsichtbare neuropsychiatrische Folgen. Um den Betroffenen zu helfen, gibt es spezialisierte Kliniken, die sowohl ambulante als auch stationäre Behandlungen anbieten. Einige Einrichtungen verfügen zudem über sogenannte

geschützte Stationen. Sie können auch Patientinnen und Patienten aufnehmen, die so schwere Einschränkungen aufweisen, dass eine Eigen- oder Fremdgefährdung besteht. Für die Unterbringung ist in der Regel ein richterlicher Beschluss erforderlich, da es sich um eine freiheitsentziehende Maßnahme handelt. In den Kliniken kümmert sich ein multiprofessionelles Team, unter anderem bestehend aus Neurologen, Neuropsychologen, Psychiatrinnen und Psychotherapeutinnen sowie Pflegekräften, um die Patientinnen und Patienten.

### INDIVIDUELLE BEHANDLUNG

Neuropsychiatrische Erkrankungen können viele Ursachen haben. Um ihnen auf die Spur zu kommen, können die Ärztinnen und Ärzte in den Kliniken auf modernste Geräte zurückgreifen. Bildgebende Verfahren wie MRT und CT werden beispielsweise häufig eingesetzt, um Veränderungen im Gehirn zu erkennen. Um körperliche Ursachen für psychische Störungen zu erkennen oder auszuschließen,

werden neuropsychologische Tests und Laboruntersuchungen gemacht. Auch psychiatrische Beurteilungen werden durchgeführt, um psychische Gesundheitsprobleme zu erkennen und zu bewerten. Die anschließende Behandlung orientiert sich immer am individuellen Defizit der betroffenen Person. Neben medikamentöser Behandlung setzen viele Kliniken auf Einzelgespräche und Gruppentherapien, auf kreative Therapien wie Kunst-, Musik- und Maltherapie, aber auch störungsspezifische Ergo- und Physiotherapie sowie Logopädie werden angeboten. mab

### INFORMATIONEN

Die Deutsche Schlaganfall-Hilfe hat ein Verzeichnis neurologischer Rehabilitationskliniken erstellt, die besondere neuropsychiatrische Angebote machen:

**[schlaganfall-hilfe.de/spezialkliniken](http://schlaganfall-hilfe.de/spezialkliniken)**

Frau R. erlitt einen schweren Schlaganfall vor 15 Monaten. Sie kommt regelmäßig zur Therapie. „Hier geht es voran“, sagt sie.

REHABILITATION

# SPÄTE FORTSCHRITTE SIND MÖGLICH

Von Mario Leisle

Schwarzwald-Idyll und neurologische Rehabilitation – im badischen Gengenbach lässt sich beides kombinieren.

**T**ausende Touristen zieht es jedes Jahr nach Gengenbach. Und rund einhundert Schlaganfall-Betroffene aus ganz Deutschland, die in dem Schwarzwaldort an ihrer Rehabilitation arbeiten wollen. „NeuroIntensiv-Wochen“ (NIWo) nennt das BDH-Therapiezentrum Ortenau sein Programm. Es ist keine Rehabilitation im klassischen Sinn, keine Heilanschlussbehandlung. Hier geht es vielmehr darum, Betroffenen auch längere Zeit nach ihrem Schlaganfall die Möglichkeit zu bieten, noch Fortschritte in der Rehabilitation zu machen.

## TRAINING UND ERHOLUNG VERBINDEN

Die Idee „Reha nach der Reha“ kommt gut an. 2019 zog das Zentrum vom benachbarten Offenburg in den Neubau in Gengenbach. Schon im ersten Jahr nach Neueröffnung waren die NeuroIntensivWochen ausgebucht. Viele Rehabilitanden verbinden Training und Erholung im Schwarzwald. Oft reisen

Paare gemeinsam an, mieten sich in einer der zahlreichen privaten Unterkünfte oder in einem Hotel ein.

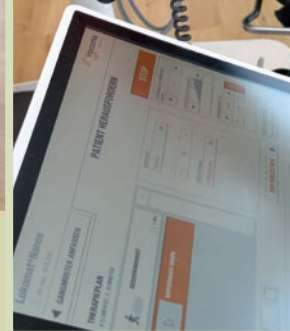
Intensive Therapieeinheiten sind – insbesondere wenn der Schlaganfall schon länger zurückliegt – das Erfolgsrezept der neurologischen Rehabilitation. Das Gehirn erlangt verloren gegangene Fähigkeiten vor allem durch ständige Wiederholung zurück. Eine so hohe Frequenz ist in der „normalen“ Nachsorge gar nicht zu erreichen. Häufig bleibt es bei zwei kurzen Einheiten pro Woche. „Zu uns kommen Patienten, bei denen der Schlaganfall manchmal schon zehn Jahre zurückliegt, und hier machen sie wieder Fortschritte“, sagt Sabina Decker, Geschäftsführerin des Zentrums. Das sei auch für die Mitarbeitenden enorm motivierend.

## ANGEBOT AUCH FÜR KASSENPATIENTEN

Und die Finanzierung? Natürlich ist Selbstzahlung immer möglich. Doch der BDH ist ein Sozialverband. Dessen Ziel

ist es, Angebote für alle Menschen zu machen. So hat das Team mit Fachkenntnis und Kreativität ein Konzept entwickelt, das alle Möglichkeiten der ärztlichen Verordnungen nach Schlaganfall ausschöpft. Herausgekommen ist ein Programm, das – je nach erforderlicher Therapie – auch Kassen-Patientinnen und -Patienten ein bis zu halbtägiges Training ermöglicht. „Die Ärzte bei uns in der Region wissen bereits, wie das funktioniert“, sagt Sabina Decker. „Und wenn Patienten aus anderen Teilen Deutschlands anrufen, geben wir ihnen alle Informationen an die Hand, um mit ihrem Arzt darüber zu sprechen. Bei Fragen beraten wir auch.“

Die Therapien werden aktuell von 24 Mitarbeitenden in den Bereichen Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie durchgeführt. In der motorischen Rehabilitation ist das Zentrum mit modernen robotikgestützten Therapiegeräten ausgestattet. Mit ihnen kommen die Patientinnen und Patienten auf die erforderliche Zahl von Wiederholungen in





Im Lokomat kann Luca täglich das Gehen trainieren.



Jeanette kommt zum wiederholten Mal mit ihrem Vater aus Erding zu den NeuroIntensiv-Wochen, „weil wir hier Fortschritte machen“.

ihren Übungen. Ergo- und Physiotherapie laufen in Einzelsitzungen und in einem Zirkel ab. Dabei verfolgen alle Teilnehmenden individuelle, realistische Therapieziele, die am Aufnahmetag vereinbart werden. Ergänzt werden die Therapieeinheiten durch eine sozialrechtliche Beratung und neuropsychologische Therapiestunden nach Bedarf.

## INFORMATIONEN

Auf der Website des Therapiezentrums findet sich unter anderem eine Anleitung zur Ausstellung von Verordnungen. So können Patientinnen und Patienten bis zu 4,25 Stunden täglich Therapie auf Rezept erhalten gegen eine wöchentliche Zuzahlung von max. 125 Euro.

**Internet:** [bdh-ortenau.de](http://bdh-ortenau.de)



## DYNAMIC WALK PERONEUSSCHIENEN

Mit Fußheberschwäche selbstbewusst durch den Alltag

- einfaches Anlegen
- trägt unter Kleidung nicht auf
- ermöglicht Sportarten wie Wandern und Joggen
- leichte und stabile Bauweise durch Carbonfaser

Fragen Sie in Ihrem Sanitätshaus nach der Dynamic Walk.



[www.ortho-reha-neuhof.de](http://www.ortho-reha-neuhof.de)

## Sprechen verbindet!

Ihr Spezialist für die Behandlung von Sprach-, Sprech- & Schluckstörungen nach Schlaganfall

- **Intensive Sprachtherapie** (mind. 10 Std./Woche, Kombination aus Einzel- u. Gruppentherapie)
- **Interdisziplinäre Therapiemaßnahmen:** Logopädie, Ergotherapie, Physiotherapie
- **Individuelle Unterbringung** im familiären Wohnpark
- Exklusives **Pflege- & Betreuungsangebot**



(0 22 66) 9 06-0  
[www.logozentrumlindlar.de](http://www.logozentrumlindlar.de)





REHACARE

# NEUES UND BEWÄHRTES FÜR DIE REHA

Von Mario Leisle

Mehr als 30.000 Besucherinnen und Besucher verzeichnete die REHACARE, die internationale Fachmesse für Rehabilitation und Pflege. Wir haben uns nach interessanten Neuheiten umgeschaut.



## NEUES TRIKE FÜR EINSTEIGER

HASE BIKES stellte auf der Messe sein TRIGO UP E Pedelec vor, ein Trike für Einsteigerinnen und Einsteiger. Die einzelnen Komponenten waren bisher im Baukastenprinzip erhältlich, nun bietet Hase ein fertiges Rad in Komplettausstattung zu einem marktüblichen Preis von knapp unter 6.000 Euro an. Optionales Zubehör ist weiterhin reichlich erhältlich. Der tiefe Einstieg macht die Nutzung des Rads komfortabel, der tiefe Schwerpunkt soll es in Kurven besonders kippsticher machen.

## PARAVAN KOOPERIERT MIT HYUNDAI

Der schwäbische Fahrzeugbauer und -umrüster Paravan zeigte ein großes Portfolio an Produkten. Neu ist unter anderem eine Kooperation mit Hyundai. Das Serienmodell STARIA des koreanischen Herstellers ist nun auch behindertengerecht umgebaut erhältlich, für Selbst- und Mitfahrer, ausgestattet mit dem Fahr- und Lenksystem Space Drive und einem Vierwege-Joystick von Paravan. Um die nötige Kopffreiheit von 1,40 Metern zu gewährleisten, wurde der Fahrzeugboden tiefer gelegt. Entstanden ist ein geräumiger Innenraum, in dem neben dem Rollstuhl auch noch eine dritte Sitzreihe Platz findet.

## TIERISCHE HILFE

Unter den Ausstellern war erneut der Reha-Assistenzhunde Deutschland e.V. Für Schlaganfall-Betroffene, die Hunde lieben, kann die Therapie mit Unterstützung eines Therapiehundes eine zusätzliche Motivation bieten. Der Hund wird dabei in der Regel in die therapeutischen Übungen einbezogen. Einige Therapie- und auch Hausarztpraxen arbeiten mittlerweile mit ausgebildeten Therapiehunden, auch in ausgewählten Rehakliniken kommen sie zum Einsatz.



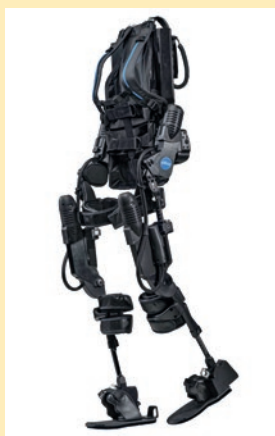
## ROLLATOR FÜR GESÜNDERES GEHEN

Marcus Leonard aus dem hessischen Heusenstamm baut Rollatoren. Das Besondere daran: Er hat die Bauweise umgekehrt. Der ergoPrimo wird gezogen, Nutzerinnen und Nutzer schieben keinen Vorbau vor sich her. Das mag für manche im ersten Moment gewöhnungsbedürftig sein, fördert aber den aufrechten Gang und eine gesunde Körperhaltung. Einsetzbar ist der Rollator deshalb auch als Therapiegerät für Gangübungen. Er kostet rund 550 Euro und verfügt über eine Hilfsmittelnummer.



## GEHEN MIT DEM EXOSKELETT

Seit 2005 entwickelt das Hamburger Unternehmen Ekso Bionics Exoskelette und ist nach eigenen Angaben Weltmarktführer in diesem Bereich. Das Indego zum Beispiel ist als tragbarer Gangroboter Hilfsmittel und Trainingsgerät zugleich. Studien deuten darauf hin, dass die Bewegung im Exoskelett das motorische Lernen fördert. Einige Rehabilitationskliniken in Deutschland arbeiten bereits damit. Der Vorteil der Exoskelette gegenüber herkömmlichen Gangrobotern dürfte vor allem in der psychischen Wirkung liegen: Patientinnen und Patienten üben das Laufen nicht auf der Stelle, sondern bewegen sich mit dem Hilfsmittel tatsächlich frei im Raum.



## GOOD VIBRATIONS

NOVAFON stellte seine lokale Vibrationstherapie vor. Bis zu sechs Zentimeter tief sollen die Vibrationen in den Muskel wirken und so Schmerzen lindern und Verspannungen lösen. Die Geräte gibt es für die Anwendung im Heimgebrauch und für die therapeutische Nutzung in Praxen und Kliniken. Mittlerweile wird diese Technik auch immer häufiger in der neurologischen Rehabilitation eingesetzt. Studien deuten darauf hin, dass sich die Schallwellengeräte unter anderem zum Lösen von Spastiken eignen. Der Einstiegspreis für das einfachste Modell beträgt 279 Euro.



**Das Leben neu  
leben lernen.**

Ein Wasserglas halten, Briefe schreiben, selbstbestimmt leben: Menschen, die eine Schädigung des Nervensystems erworben haben, stehen vor großen Herausforderungen. Wir bieten ihnen nach Ende der medizinischen Reha Anschluss: Schrittweise individuell den Alltag zurückerobern.

## Neue Wege in den Alltag

Neurologen, Neuro-Psychologen, Neuro-Pädagogen und Therapeuten arbeiten in unserem Therapiezentrum interdisziplinär und an einem Ort. Das Ziel: Der Auszug der Rehabilitanden in ein möglichst selbstständiges Leben. Den meisten gelingt das nach 18 Monaten.

Telefon: 030 40606-0  
 E-Mail: [aufnahme@panzentrum.de](mailto:aufnahme@panzentrum.de)  
[www.panzentrum.de](http://www.panzentrum.de)  
 Raentaler Str. 32  
 13465 Berlin



Wir sorgen für  
mehr Freiheit!



**LENKOK – der Lenkradkombinationsknopf ermöglicht die Bedienung der Funktionen Blinker, Wischer und Licht ohne Loslassen des Lenkrads.**

## handicap mobil GmbH

Am Schäferbrunnen 11

55268 Nieder-Olm

Tel.: 0 61 36-9 22 64 88

Fax: 0 61 36-9 22 64 89

mail: [info@handicapmobil.de](mailto:info@handicapmobil.de)

[www.handicapmobil.de](http://www.handicapmobil.de)

## NEUROLOGIE

# ALZHEIMER IM FOKUS

12.000 Mitglieder zählt die Deutsche Gesellschaft für Neurologie (DGN) jetzt. In Berlin trafen sich die Fachleute zu ihrem 96. Jahreskongress.

**D**ie Volkskrankheit Schlaganfall, eines der wichtigsten Krankheitsbilder der Neurologie, spielte in diesem Jahr nur eine untergeordnete Rolle. Die so genannten neurodegenerativen Erkrankungen wie Parkinson und Alzheimer standen im Fokus. Auf diesem Gebiet gibt es therapeutische Fortschritte, doch die Behandlung ist oft noch sehr teuer.

Ganz ohne Schlaganfall-Themen ging es dennoch nicht. Ein schwieriges Thema sprach Dr. Christian Roth (Kassel) an: Wie kommt man nach sehr schweren Schlaganfällen zur Findung eines Therapiezieles? Wichtig für die Einschätzung einer Prognose seien natürlich Studien, so der Chefarzt. Und natürlich gelte der Patientenwille. Auch auf den Stroke Units liegen zunehmend mehr Patientinnen und Patienten, die eine Patientenverfügung erstellt haben. Das Problem jedoch ist: Häufig sind diese

Verfügungen nicht so konkret erstellt, dass sie eindeutig die Situation erfassen, in der sich der jeweilige Mensch dann befindet.

Roth zeigte das Beispiel eines 53-jährigen Mannes, der nach Schlaganfall komplett gelähmt und scheinbar nicht ansprechbar war (Locked-In-Syndrom). Seine Augenbewegungen aber machten deutlich, dass er seine Umwelt weiter wahrnahm und offensichtlich auch verstand. Der Willen von Patientinnen und Patienten sei nicht immer erkennbar. Deshalb sei es so wichtig, nicht einsame Entscheidungen zu treffen. „Der Schlüssel zur Therapiezielfindung ist die Teamarbeit“, meint Roth. Regelmäßige, interdisziplinäre Fallbesprechungen und gemeinsame Visiten von Medizinern, Pflegenden und Therapierenden erleichtere die Findung von Therapiezielen. *rio*





# HANDORTHESE GIBT GRIFFKRAFT ZURÜCK

Nach einem Schlaganfall kann es zu einer spastischen oder schlaffen Handlähmung kommen, so ist es oft unmöglich, aus einem Wasserglas zu trinken oder einen Gegenstand festzuhalten. Neue Handkraft und Bewegungsfreiheit gewinnen Betroffene durch einen revolutionären Ansatz. Die beiden ehemaligen Medizintechnik-Studenten Dominik Hepp und Tobias Knobloch haben die weltweit erste myoelektrische Handorthese entwickelt, um diese alltäglichen Hindernisse zu beheben. Die exomotion@hand one der HKK Bionics GmbH kann die Greiffunktion der Hände für ein selbstbestimmtes Leben wieder ermöglichen.

Im Gegensatz zur Prothese, die ein Körperteil ersetzt, wird die Orthese wie eine Art

Handschuh mit außenliegender Exomechanik über Hand und Unterarm angelegt. Sie ist ein wirkungsvolles Alltagshilfsmittel, um nicht nur ein-, sondern auch beidhändige Tätigkeiten wieder auszuführen. Die Steuerung erfolgt über die Impulse eines aktiven Muskels und kann über die Bedieneinheit individuell auf die Bedürfnisse eingestellt werden. Der Patient wird in der Handhabung unterwiesen, die jedoch simpel und intuitiv gehalten ist.

**Nähere Informationen im Internet:  
[hkk-bionics.de](http://hkk-bionics.de)**

## PRODUKTNEWS

Auf diesen Seiten stellen wir regelmäßig interessante Neuentwicklungen vor, die das Leben nach einem Schlaganfall erleichtern sollen. Alle Angaben beruhen auf Herstellerdaten. Eine Gewähr für die Richtigkeit übernimmt die Deutsche Schlaganfall-Hilfe nicht.



## From Patient to Athlete

**Erleben Sie eine neue Dimension der Therapie.**

Entdecken Sie ICAROS: Innovative Trainingsgeräte für die orthopädische und neurologische Therapie.

Verhelfen Sie Ihren Patienten zu optimierter Balance und verbesserter posturaler Kontrolle, während Sie ihnen ein außergewöhnliches Trainingserlebnis mit motivierender Gamification bieten.

Kontaktieren Sie uns noch heute für einen tieferen Einblick in die Welt von ICAROS.

# ICAROS<sup>®</sup>

**Jetzt kontaktieren und  
Beratungstermin vereinbaren.**

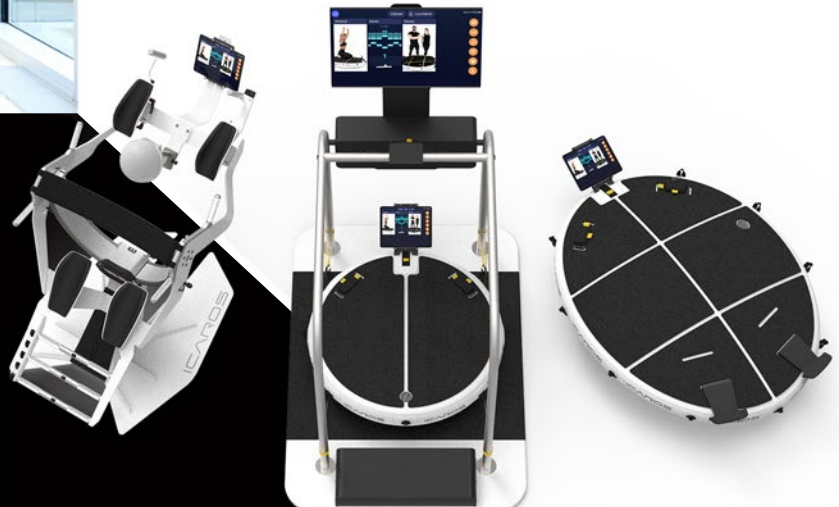
☎ +49 89 414 1821 00

✉ [info@icaros.com](mailto:info@icaros.com)

f @icarosflight



ICAROS GmbH 82152 Martinsried [www.icaros.com](http://www.icaros.com)





Bringen viel Erfahrung in der Versorgung neurologischer Patienten mit (von links): Günter Faludi, Andreas Trodler und Katrin Gaiser.

## HILFSMITTEL-VERSORGUNG

## INDIVIDUALITÄT IM

# MITTELPUNKT

Das Sanitätshaus Carstens in Stuttgart versorgt viele neurologisch Betroffene. Dabei geht es vor allem um bedarfsgerechte Hilfsmittel.

Über viele Jahre hat das Stuttgarter Sanitätshaus Carstens Know-how über neurologische Erkrankungen aufgebaut. „Neuro-aktiv“ nennt Carstens diesen Bereich, um deutlich zu machen, um was es geht: auch schwer betroffene Menschen wieder in Bewegung zu bringen. Der Bereich wächst beständig, aktuell arbeiten bereits mehr als zwanzig Techniker und Fachberaterinnen für „Neuro-aktiv“.

## FACHLEUTE FÜR JEDES THEMA

Im Laufe der Zeit hat sich das Team weiter differenziert. „Niemand kann alles, aber wir haben für alles Spezialisten“, erklärt Andreas Trodler die Philosophie. Das sei gerade für die Patientinnen und Patienten wichtig, die verschiedene Problemlagen haben. „Die Versorgung sollten jeweils die Kolleginnen und Kollegen übernehmen, die täglich an dem Thema arbeiten.“

Im Bereich Orthesen setzt Carstens seit einiger Zeit verstärkt auf moderne 3-D-Drucktechnik. „Manchmal ziehen wir aber auch noch Handarbeit vor, das entscheiden wir individuell“, erklärt Fachfrau Katrin Gaiser. Der Begriff „individuell“ fällt oft, wenn das Carstens-Team über seine Arbeit berichtet. Bei jeder Versorgung stehe im Vordergrund, ob sie für den Patienten geeignet sei. Das gelte auch für teurere Versorgungsformen wie etwa die funktionelle Elektrostimulation.

## COMPLIANCE IST WICHTIG

„Es geht immer auch um die Compliance“, sagt Andreas Trodler. Also die Frage, ob die Nutzerinnen und Nutzer willens und in der Lage sind, das Hilfsmittel im Alltag zu nutzen. „Ein gutes Beispiel dafür ist das Scalamobil, ein elektrischer Treppensteiger“, ergänzt Fachberater Günter Faludi. „Hier ist wichtig, dass die Begleitperson sicher damit umgehen kann, sonst können wir das Gerät nicht guten Gewissens empfehlen.“

Das Unternehmen ist seit Gründung im Jahr 1990 beständig gewachsen. Heute zählt Carstens rund 170 Mitarbeitende.

Sechzig bis siebzig Pflegeheime werden durch den Homecare-Bereich versorgt. Der Bereich „Neuro-aktiv“ leistet die Hilfsmittelversorgung in den Stuttgarter Kliniken Schmieder. Dort können Patientinnen und Patienten zum Beispiel bereits in der neurologischen Rehabilitation Rollstühle ausprobieren. Währenddessen macht Wohnraumberater Günter Faludi einen Hausbesuch und sorgt dafür, dass Wohnung und Umfeld für die Rückkehr der Betroffenen angepasst werden. *rio*

## INFORMATIONEN

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe hat das Projekt „Qualifizierte Hilfsmittelversorgung“ auf den Weg gebracht. In dieser Serie stellen wir Sanitätshäuser vor, die an der Qualifizierung teilgenommen haben.

**Mehr Informationen im Internet:**  
[schlaganfall-hilfe.de/sanitaetshaus](http://schlaganfall-hilfe.de/sanitaetshaus)



LOTSEN-TAGUNG SCHLAGANFALL

# BIS JEDER EINEN LOTSEN BEKOMMT

„So viele sind wir schon!“  
Die Lotsinnen und Lotsen  
der Stiftung Deutsche  
Schlaganfall-Hilfe stellten  
sich am Rande der  
Tagung der Fotografin.



Rund 120 Gäste folgten der Einladung der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe zur Lotsen-Tagung Schlaganfall nach Gütersloh. Gemeinsam diskutierten sie, wie Patientenlotsen im Gesundheitssystem Einzug halten können.

**A**n Zustimmung zur Lotsen-Idee mangelte es nicht an diesem Tag. Dr. Brigitte Mohn, Kuratoriumsvorsitzende der Schlaganfall-Hilfe, betonte, durch ernste Akuterkrankungen entstünden für die Patientinnen und Patienten langfristige Probleme. Lotsen seien in dieser Phase die Koordinatoren für die Betroffenen. Barbara Steffens, Leiterin der TK-Landesvertretung Nordrhein-Westfalen, schilderte ihre Beobachtung, dass die Komplexität des deutschen Gesundheitssystems zunehmend auf eine abnehmende Gesundheitskompetenz der Bevölkerung treffe. Das sorge für eine zusätzliche Belastung der Menschen. Patientenlotsen seien eine Möglichkeit, die überforderten Patientinnen und Patienten wieder abzuholen. „Die wichtigste Arbeit der Lotsen ist das Kümmern“, machte Sabine Bruning, Schlaganfall-Lotsin am Klinikum Herford,

deutlich. Zugleich seien die Lotsen Brückenbauer zwischen Akutbereich, Rehabilitation und Nachsorge.

## PFAD IN DIE REGELVERSORGUNG EBEN

Dr. Michael Brinkmeier, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe, stellte fest: „Auf Fallebene ist die Lotsenintervention etabliert.“ So gibt es aktuell in acht Bundesländern Schlaganfall-Lotsen, die in den vergangenen Jahren ca. 3.000 Betroffene betreut haben. Über sechzig Lotsen-Projekte für verschiedene Indikationen existieren mittlerweile bundesweit. Und laut Koalitionsvertrag will die Bundesregierung einen Pfad zur Einführung von Patientenlotsen in die Regelversorgung vorgeben. Wie dieser Pfad aussehen kann, das erprobt die Stiftung in ihrem neuen Projekt „LEX LOTSEN OWL“. Es soll Ende

des Jahres starten. Zwei Fragen stehen im Mittelpunkt, so Dr. Matthias Arnold, Institut für angewandte Versorgungsforschung: Wie bringen wir Patientenlotsen in die Fläche? Und: Welchen Mehrwert generieren Lotsen für die Patienten?

## GESETZESINITIATIVEN ERMÖGLICHEN LOTSEN

„Die Rechtsgrundlage für Patientenlotsen ist mit dem neu erschienenen Gutachten von Prof. Dr. Gerhard Igl bereits vorbereitet“, freute sich Dr. Brinkmeier. Malte Behmer, Bundesverband Managed Care e.V., zeigte, dass es erste Gesetzesinitiativen beispielsweise zur Krankenhausreform und zum Gesundheitsversorgungsstärkungsgesetz gibt, die Lotsen beziehungsweise Care und Case Management vorsehen. „Die Politik schafft damit verschiedene Optionen, wie Patientenlotsen gesetzlich verankert werden können“, erklärte Malte Behmer. Und Dr. Michael Brinkmeier gab das Versprechen: „Wir werden uns als Stiftung die Zeit nehmen, die es braucht, bis jeder einen Lotsen bekommt, der einen braucht.“ *abr*



PATIENTENLOTSSEN

# LEITSTELLEN FÜR DIE NACHSORGE

Großes Interesse am Lotsenthema auch in Berlin.

In Berlin setzt sich die Schlaganfall-Hilfe dafür ein, dass es bald Patientenlotsen für alle schwer erkrankten Menschen gibt. Jetzt wird die Umsetzung konkreter.

**M**ehr als 160 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus dem Gesundheitswesen kamen zum zweiten Tag der Patientenlotsen zusammen – mit dem Ziel, Möglichkeiten für die regionale Verankerung von Patientenlotsen zu erörtern. Die drängende Frage der rechtlichen Grundlage für diese neue Versorgungsform war das zentrale Thema der Veranstaltung.

## SOZIALRECHT BIETET MÖGLICHKEITEN

Welche Möglichkeiten im Sozialleistungssystem für die Installation von Patientenlotsen bereits gegeben sind, zeigte der Sozialrechtsexperte Prof. Dr. Gerhard Igl mit seinem detaillierten Rechtsgutachten auf. „Das Gutachten ist eine wichtige Grundlage für den von der Koalition angestrebten Pfad zur Implementierung von Patientenlotsen in unserem Gesundheitssystem“, betont Dr. Michael Brinkmeier, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe.

Fazit des Gutachtens: Patientenlotsen in die Sozialgesetzgebung einzuführen ist machbar. Igls Rat: Die Regelung sollte möglichst abstrakt sein. Auch Franz Knieps, Vorstand der Betriebskrankenkassen, mahnt, nicht zu viel zu reglementieren und den Akteuren vor Ort Spielraum zu lassen, denn die Versorgungssituation sei sehr unterschiedlich in den Regionen. „Der Leistungsanspruch muss definiert sein, und wir werden Regelungen brauchen, wie die Vergütung aussehen kann.“

Ein „Bundes-Lotsengesetz“, da waren sich alle Akteure einig, macht keinen Sinn. Aber es brauche keine detaillierten Regelungen für jedes einzelne Krankheitsbild. Patientenlotsen sollen generell Menschen mit komplexen Erkrankungen zur Verfügung stehen. „Und nach unserer Erfahrung ähneln sich etwa 80 Prozent der Lotsentätigkeiten, unabhängig von der Grunderkrankung“, sagt Michael Brinkmeier.

## PATIENTEN AUFFANGEN

Deutlich wurde, dass mit den Patientenlotsen eine neue Funktion in das Gesundheitssystem einziehen wird. „Der Kerngedanke ist: Wir schaffen mit den Patientenlotsen quasi eine Einsatzleitstelle für die Nachsorge“, erklärte Brinkmeier. Dadurch sollen insbesondere Patientinnen und Patienten aufgefangen werden, die mit der Organisation ihrer Versorgung überfordert sind und für die es keine strukturierten Nachsorgeprogramme gibt.

Der Tag der Patientenlotsen war eine Gemeinschaftsveranstaltung des Bundesverbands Managed Care e. V., der Deutschen Gesellschaft für Case und Care Management, der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke und der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe. Er fand 2022 erstmals in Berlin statt und verknüpft die deutschlandweit über 50 Patientenlotsenprojekte. *rio*

# WICHTIGE URTEILE ZUR TEILHABE

 IHR GUTES  
RECHT

Von Gabriele Reckord, Rechtsanwältin, Gütersloh

Das Bundessozialgericht (BSG) hat zwei wichtige Urteile zur Teilhabe von Menschen mit Behinderung gesprochen.



## AUSSERGEWÖHNLICHE GEHBEHINDERUNG

Ein wegweisendes Urteil sprach das BSG in Bezug auf das Merkzeichen „aG“. Dieses Merkzeichen für „außergewöhnliche Gehbehinderung“ steht laut Gesetz schwerbehinderten Menschen zu, die in ihrer Mobilität erheblich eingeschränkt sind, was einem Grad der Behinderung von mindestens 80 entspricht. Eine erhebliche Teilhabebeeinträchtigung liegt vor, wenn sich die betroffene Person aufgrund der Beeinträchtigung dauernd nur mit fremder Hilfe oder mit großer Anstrengung bewegen kann.

Das BSG entschied nun, dass es für die Zuerkennung des Merkzeichens aG nicht darauf ankommt, dass man in allen Lebensbereichen gehunfähig sein muss. Ein freies Gehen in vertrauter und bekannter Umgebung steht der Anerkennung des Merkzeichens nicht grundsätzlich entgegen. Zur vollen, wirksamen und gleichberechtigten Teilhabe am gemeinschaftlichen und kulturellen Leben (§ 229 III 2 SGB IX) gehört es vielmehr, dass

Menschen auch unbekannte Einrichtungen und Umgebungen aufsuchen können.

Dem vierzehnjährigen Kläger wurde damit final und höchstrichterlich Recht zugesprochen. Er leidet an einer psychischen Beeinträchtigung infolge eines Gendefekts. Zuvor wurde ihm entgegengehalten, dass er nicht dauerhaft eingeschränkt sei (im Sinne des § 229 SGB IX), weil er sich immerhin zu Hause und im Schulgebäude noch frei fortbewegen kann. Lediglich in unbekannter Umgebung ist er auf Rollstuhl, Rehabuggy oder Begleitperson angewiesen. Nach Überzeugung des BSG reicht das für die Zuerkennung des Merkzeichens aG aus.

## REISEKOSTEN FÜR BEGLEITUNG

In einem anderen Fall hat das Bundessozialgericht entschieden, dass der Sozialhilfeträger im Rahmen früherer „Eingliederungshilfe“ (nach § 19 III SGB XII) auch Reisekosten für Begleitpersonen des Leistungsberechtigten zu übernehmen hat. In dem vorliegenden Fall kam es nicht darauf an, dass die Urlaubsreise an sich dem Zweck der Eingliederungshilfe dient. Maßgeblich war vielmehr, dass die einwöchige Urlaubsreise auf einem Kreuzfahrtschiff ein legitimes, angemessen soziales Teilhabebedürfnis für den Kläger als Mensch mit Behinderung darstellt. Das rechtfertigt die Kostenübernahme seiner Begleitpersonen, weil die Mehrkosten allein aufgrund seiner Behinderung anfallen.

## INFORMATIONEN

- BSG B9 SB 8/21 R vom 9. 3. 2023 (Merkzeichen aG)
- BSG B8 SO 13/20 R vom 19. 5. 2022 (Urlaubsmehrkosten für Begleitperson)

## WORKSHOP 55+

## DIE UNSICHTBAREN FOLGEN

Unter diesem Motto stand der diesjährige Workshop 55+ für ältere Schlaganfall-Betroffene und ihre Partner oder Begleitpersonen.



Die nunmehr dritte Auflage der Veranstaltung stieß wieder auf großes Interesse. Knapp achtzig Interessierte reisten für den dreitägigen Workshop nach Duisburg. In verschiedenen Gesprächsrunden beschäftigten sich Betroffene und Angehörige mit den unsichtbaren Folgen der Erkrankung. Zudem diskutierten die Teilnehmenden Fragen wie: Wie hat sich unsere Beziehung verändert? Welche Ressourcen geben mir Kraft? Wie lerne ich, den Schlaganfall und seine Folgen zu akzeptieren? Zwei Vorträge rückten die besondere Belastung der Angehörigen in den Fokus. Ob bei der progressiven Muskelentspannung, einem gemütlichen Spa-

ziergang oder an der Activity-Wand, das vielseitige Sport- und Bewegungsprogramm sorgte für die nötige Abwechslung. Zwischendurch war immer wieder Gelegenheit für den gegenseitigen Austausch. Und beim Tanzabend und dem gemeinsamen Singen wurde es gesellig. Am Ende stand für viele Teilnehmende fest: Wir kommen wieder! *abr*

## INFORMATIONEN

Ein besonderer Dank gilt dem Sponsor Ipsen, der die Veranstaltung ermöglicht hat.

## SPENDEN

# IHRE HILFE FÜR JUNGE MENSCHEN

Der Erfahrungsaustausch ermöglicht jungen Schlaganfall-Betroffenen einen intensiven Austausch mit Gleichgesinnten.

**V**iele denken, ein Schlaganfall trifft nur alte Menschen. Doch auch junge Menschen erleiden diesen Schicksalsschlag, der oftmals die Lebensplanung komplett auf den Kopf stellt. Zu der ohnehin belastenden Situation kommen Sorgen über Ausbildung und Beruf, Partnerschaft und Familie erschwerend hinzu.

## PLANUNGEN LAUFEN AUF HOCHTOUREN

Um diesen Menschen die Gelegenheit zu geben, sich untereinander auszutauschen und mit Expertinnen und Experten ins Gespräch zu kommen, laden wir regelmäßig zu einem Erfahrungsaustausch für Betroffene zwischen 18 und 54 Jahren ein. Gerade laufen die Planungen für den nächsten Erfahrungsaustausch im Februar 2024 auf Hochtouren.

## INFORMATIONEN

Nutzen Sie den QR-Code für Ihre Onlinespende:



Oder unterstützen Sie uns über unser Spendenkonto.

### Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Sparkasse Gütersloh-Rietberg-Versmold

IBAN: DE80 4785 0065 0000 0000 50

BIC: WELADED1GTL

Stichwort: Erfahrungsaustausch



Beim Erfahrungsaustausch fließen viele wichtige Informationen, und es entstehen Freundschaften fürs Leben.

## KEIN WEG IST ZU WEIT

Junge Betroffene reisen aus ganz Deutschland an. Kein Weg scheint zu weit für die Chance, sich mit Gleichgesinnten zu treffen, voneinander zu lernen und in Workshops an den Herausforderungen des Lebens mit Schlaganfall zu arbeiten. Gestärkt und mit neuem Lebensmut kehren sie nach intensiven Tagen in ihren Alltag zurück, nicht selten entwickeln sich Freundschaften fürs Leben. Und auch die Angehörigen – seien es Eltern, Partnerinnen und Partner oder Geschwister – finden ein offenes Ohr für ihre Belange und lernen, wie sie mit der auch für sie belastenden Situation besser umgehen können.

## GEMEINSAM KÖNNEN WIR VIEL BEWEGEN

Ohne finanzielle Unterstützung können wir diese Veranstaltung nicht organisieren. Mit Ihren Spenden ermöglichen Sie es uns, dieses wichtige Angebot für betroffene Menschen auf die Beine zu stellen. Für eine Veranstaltung dieser Art – samt Unterkunft, Verpflegung, Expertinnen und Experten – benötigen wir rund 60.000 Euro. *nie*

## ZENTRUM DER REHABILITATION

PHYSIOTHERAPIE • ERGOTHERAPIE • LOGOPÄDIE  
LOKOMAT® • I.N.P.U.T. (INTENSIVTHERAPIE) • HIPPOThERAPIE

### PERSONALTRAINING NUN AUCH IN DER NEUROLOGISCHEN REHABILITATION

Das Zentrum der Rehabilitation R. Geerlofs begleitet neurologische Patienten **in allen Phasen** der Genesung individuell und kompetent.

Ein **persönliches Therapie- und funktionell motorisches Trainingsprogramm** wird über **mindestens 6 Stunden pro Tag** 1:1 oder 1:2 (Verhältnis Klient zu Therapeut) aufgestellt. Das Ziel ist der größtmögliche motorische Gewinn für den Alltag mit aktiver Teilnahme am Leben.

Neueste **wissenschaftliche Erkenntnisse** und praktische Erfahrung haben dieses spezielle Konzept entstehen lassen.

Sie finden uns auf der  
TheraPro Stand 4 E 45



#### R. GEERLOFS GMBH & Co. KG

Zentrum der Rehabilitation  
Karolingerstraße 32 | 75177 Pforzheim

T +49 (0) 72 31 – 139 86 00  
F +49 (0) 72 31 – 139 86 10  
info@zentrum-der-rehabilitation.de

www.zentrum-der-rehabilitation.de

## BAD NEUSTADT

# NEUE SELBST- HILFE-GRUPPE



Die Corona-Pandemie bremste die Selbsthilfe-Gruppe in Bad Neustadt noch aus – inzwischen trifft sie sich regelmäßig. Bei der Gründung hat auch die Deutsche Schlaganfall-Hilfe unterstützt.

### DER STEIN DES ANSTOSSES

„Die Idee zur Gründung der Selbsthilfe-Gruppe wurde bei einem Besuch des Zentrums für Aphasie und Schlaganfall in Würzburg geboren“, erinnert sich Petra Fuchs, Leiterin der Sozialarbeit beim Bayerischen Roten Kreuz (BRK) in Bad Neustadt. Zwölf Frauen und Männer absolvierten 2019 beim BRK eine Ausbildung zum ehrenamtlichen Schlaganfall-Helfer. Vor Ort kam der Wunsch auf, eine Selbsthilfe-Gruppe zu gründen. Denn „wenn man schon Helferinnen und Helfer ausbildet, können wir auch den Austausch der Schlaganfall-Betroffenen untereinander stärken“, beschreibt Petra Fuchs die Motivation hinter der Gründung. Die war ursprünglich für März 2020 geplant.

### CORONA BREMSTE ALLES AUS

„Dann kam Corona und damit lagen alle Aktivitäten auf Eis“, erzählt Fuchs. Erst im Juni gab es wieder grünes Licht für Gruppenaktivitäten. Am 28. Juli 2021 fand das erste Gruppentreffen statt, wenige Monate später ging es aufgrund von Corona-Maßnahmen in eine erneute Zwangspause bis April 2022. Acht Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren es anfangs, heute kommen bis zu achtzehn zu den Treffen an jedem letzten Mittwoch im Monat. „Auch Angehörige sind jederzeit will-

kommen“, betont die 61-Jährige. Die Gruppengründung hat auch die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe mit einer Starthilfe aus ihrem Förderfonds Selbsthilfe unterstützt.

### TEILNEHMENDE TAUSCHEN SICH AUS

„Schlaganfall-Betroffene verstehen sich untereinander anders“, sagt Petra Fuchs und fügt hinzu: „Als Außenstehender kann man viele Dinge oft nicht so nachvollziehen wie jemand, der das gleiche Schicksal teilt.“ Deshalb sei die Gruppe ein idealer Ort für Betroffene und Angehörige, um sich auszutauschen, Fragen zu stellen „oder einfach mal aus dem Alltagstrott herauszukommen“. Wichtig ist Petra Fuchs außerdem: „Bei uns steht nicht ausschließlich der Schlaganfall im Mittelpunkt. Es wird viel gelacht, niemand sitzt bei uns wie ein Trauerkloß, der sich mit seinem Schicksal abgefunden hat.“

### IMMER ETWAS LOS

Damit die regelmäßigen Treffen nicht eintönig werden, organisiert die Gruppe immer wieder Referentinnen und Referenten zu verschiedenen Themen. „Wir hatten zum Beispiel einen Neuropsychologen zu Gast, aber auch eine Logopädin“, zählt Fuchs auf. Demnächst soll es in der Gruppe auch sportlich zugehen: „Wir wollen eine Yogalehrerin einladen.“ Und auch Tai-Chi ist schon für ein Treffen geplant. *mab*

## KONTAKT

Petra Fuchs  
sozialarbeit@kvrhoen-grabfeld.brk.de  
Telefon: 097 71 61 23 43

## PARTNERBÜRO MINDEN

## DAS ERSTE SEINER ART

Das Partnerbüro der Schlaganfall-Hilfe in Minden bietet seit 25 Jahren schnelle, unbürokratische Hilfe für Betroffene und Angehörige. 1998 eröffnete es als Erstes in ganz Deutschland.



**E**nde der Neunzigerjahre steckte die Schlaganfall-Versorgung in Deutschland noch in den Kinderschuhen. In Minden entstand damals eine der ersten Spezialstationen (Stroke Units) für die Behandlung des Schlaganfalls – und das erste Partnerbüro der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe. „Damals ging es darum, sowohl die Akutversorgung als auch die Nachsorge der Patienten zu stärken“, erklärt Yvonne Mahr, Leiterin des Mindener Schlaganfall-Büros. Heute ist Deutschland in der Schlaganfall-Versorgung gut aufgestellt: 348 Spezialstationen und 32 Partnerbüros gibt es bundesweit.

### KOMPETENTE ANSPRECHPARTNERIN

Yvonne Mahr übernahm 2022 die Leitung des Mindener Büros. Für die Krankenschwester ist das Thema nicht neu. Aus langjähriger Erfahrung weiß sie, dass ein Schlaganfall für die meisten Betroffenen und deren Angehörige ein schwerer Einschnitt im Leben ist. „Viele sind überfordert“, sagt sie. Deshalb rufen die meisten Ratsuchenden bereits bei ihr an, wenn ihre Angehörigen noch in der Akutphase auf der Station liegen.

In den Gesprächen muss Yvonne Mahr dann viel Aufklärungsarbeit leisten. „Wie es nach der Klinik weitergeht, ist wohl die häu-

figste Frage“, erzählt sie. Viele wüssten nicht, dass es einen Sozialdienst gibt, der beispielsweise die Rehabilitation organisiert. „Oft muss ich die Angehörigen beruhigen, dass sich gekümmert wird“, erklärt die 45-Jährige. Feste Sprechzeiten gibt es bei ihr nicht. „Man kann mich jederzeit anrufen“, betont sie. Auch Hausbesuche bietet sie an – ein kurzer Anruf genügt, um einen Termin zu vereinbaren.

### WERTVOLLES NETZWERK

Das Partnerbüro befindet sich direkt im Johannes Wesling Klinikum. „Das hat einige Vorteile“, sagt Yvonne Mahr. „Ich bin im Klinikum gut vernetzt und kann bei Fachleuten nachfragen oder vermitteln“, fügt sie hinzu. Durch ihre Arbeit in der neurologischen Geriatrie kennt sie zudem viele der Patientinnen und Patienten: „Ich weiß, wie es ihnen geht, und bin mit ihrer Krankengeschichte vertraut. Auch das ist natürlich ein Vorteil.“

### WICHTIGE SELBSTHILFE

Gibt es eine Selbsthilfe-Gruppe in meiner Nähe? Diese Frage hat Yvonne Mahr schon oft gehört. Und sie kann sie mit Ja beantworten. Denn die Leiterin des Schlaganfall-Büros hat selbst eine gegründet. „Mit der Gruppe möchte ich Schlaganfall-Betroffenen Hilfe und Unterstützung anbieten“, sagt sie. Die Gruppe trifft sich jeden zweiten Mittwoch im Monat. Zu den Treffen sind neben Schlaganfall-Betroffenen auch Angehörige herzlich eingeladen. *mab*

### KONTAKT

Yvonne Mahr  
Telefon: 0 15 73 9 12 45 02

## GRENZENLOS MOBIL.

### DAS ERSTE INTELLIGENTE ROLLSTUHL VERLADESYSTEM

- erkennt automatisch alle Rollstühle

Prüfen Sie Ihr Wunschfahrzeug und Ihren Rollstuhl auf [www.elive.de](http://www.elive.de)

# FeLiTEC

Fahrzeugtechnik die Menschen & bewegt

🏠 Baierecker Str. 60  
73614 Schorndorf

📞 Tel. +49 (0) 7181/4 58 32

🌐 [www.felitec.de](http://www.felitec.de)

✉ [service@felitec.de](mailto:service@felitec.de)



Mirjams starkes Team mit (von links) Privatdozent Dr. Michael Rosenkranz, Mirjams Schwester Mareike Noß, Ergotherapeut Sascha Scherer, Mario Leisle (Pressesprecher der Schlaganfall-Hilfe), Freundin Andrea Eißer und Logopädin Silke Bode.

**Mirjam spricht**  
wieder. Immer besser. Manchmal schlechter.  
Niemals stumm.

**Team Mirjam. Gemeinsam stark gegen den Schlaganfall.**

Seit 30 Jahren lässt die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe Mirjam und andere betroffene Menschen nicht allein und begleitet sie zurück ins Leben.

Erfahren Sie ihre Geschichten auf [gemeinsam-stark.team](http://gemeinsam-stark.team)

Helfen Sie uns mit Ihrer Spende!

30 JAHRE STIFTUNG DEUTSCHE SCHLAGANFALL HILFE

## KAMPAGNE

# MIRJAM SPRICHT

30 Jahre jung ist die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe. Ein schönes Geburtstags-geschenk gab es von der Agentur Territory: eine multimediale Kampagne.

**E**s braucht ein Team, um gegen die Krankheit zu bestehen. Ein Team aus Behandlern und Beratern, aus der Familie und aus Freunden – mit den Betroffenen im Mittelpunkt. „Gemeinsam stark gegen den Schlaganfall“ lautet das Motto zum 30-Jährigen der Stiftung. Die neue Kampagne (Anzeigen, Internet, TV-Spot) stellt drei Schlaganfall-Betroffene vor, die mit Unterstützung ihrer Teams den Weg ins Leben zurückgeschafft haben.

### ARZT VERMUTETE DROGEN

In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen das dritte Motiv der Reihe vor, das „Team Mirjam“. Mirjam hatte einen Schlaganfall – im Urlaub auf Ibiza, mit 34! Eigentlich viel zu jung für diese Krankheit, dachte wohl auch der Arzt im Krankenhaus. Er tippte auf Drogen, nicht unüblich auf der Partyinsel, und unternahm zunächst

nichts. Mirjam sollte ihren „Rausch“ ausschlafen, doch in der Nacht verschlechterte sich ihr Zustand dramatisch.

### DER LANGE WEG ZURÜCK

Als die Diagnose Schlaganfall feststand, ging es Mirjam bereits sehr schlecht. Sie fiel ins Koma, vier lange Wochen. Als sie aufwachte, konnte sie nichts mehr. Nicht schlucken, nicht sprechen, sich nicht bewegen. „Ich dachte: Jetzt ist alles vorbei“, erinnert sich die gelernte Erzieherin und Flugbegleiterin. Doch sie kämpfte um jeden kleinen Erfolg: das Atmen ohne Maschine, den ersten Schluck, das erste Heben des Arms, den ersten Schritt, das erste Wort. Lange Strecken zu laufen, macht sie immer noch müde, längere Unterhaltungen strengen sie immer noch an. Doch im Grunde geht alles wieder: essen, laufen, sprechen.

### WIE DAS LEBEN SPIELT

Einen Tag in der Woche arbeitet Mirjam wieder in einem Kindergarten. Und wie das Leben so spielt, durch den Schlaganfall lernte sie die Liebe ihres Lebens kennen. Er kam auf Vermittlung der Schlaganfall-Hilfe mit einem Fernseh-team zu Mirjam nach Hause, um einen Beitrag über sie zu machen. Es sollte ein kurzer Dreh werden, herausgekommen ist ein ganzes Leben: Im vergangenen Jahr gaben sich Mirjam und Wolfgang das Jawort. *rio/abr*

## INFORMATIONEN

Alles zur Kampagne im Internet:  
[gemeinsam-stark.team](http://gemeinsam-stark.team)



## KINDLICHER SCHLAGANFALL

STIFTUNG UNTERSTÜTZT  
KINDERZENTRUM

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe und das Evangelische Klinikum Bethel (EvKB) in Bielefeld bauen ihre enge Zusammenarbeit weiter aus. Mit Sabine Held arbeitet eine von bundesweit vier Schlaganfall-Kinderlotsinnen im neuen Kinderzentrum Bethel.

## LUKAS HATTE GLÜCK IM UNGLÜCK

Liz Mohn, Präsidentin der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe, besuchte im Herbst den Neubau des Kinderzentrums Bethel und machte sich vor Ort ein Bild von der Arbeit der Klinik. „Was Sie hier geschaffen haben, ist zukunftsweisend“, zeigte sich Liz Mohn tief beeindruckt nach einem Rundgang. Unter Leitung von Univ.-Prof. Eckard Hamelmann wird das Kinderzentrum seinen Schwerpunkt Neuropädiatrie weiter ausbauen. Dazu zählt auch die Versorgung von Schlaganfall betroffenen Kindern und die Begleitung ihrer Familien.

Kindliche Schlaganfälle sind ein großer Schicksalsschlag. Das weiß Familie Ebmeier aus Löhne nur zu genau. Sie berichtete bei dem Besuch von Liz Mohn über ihre Erfahrungen: „Wir hatten so viel Glück, dass der Notarzt Neurologe war und sofort die richtige Diagnose gestellt hat.“ Liz Mohn weiß, dass dies eine Ausnahme ist. Sie hat vor dreißig Jahren die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe gegründet und kennt andere Beispiele: „In den ersten Jahren war das Krankheitsbild in der Kinderheilkunde unbekannt und nicht benannt“, erinnert sich Liz Mohn.

## ELTERN BRAUCHEN PROFESSIONELLE HILFE

Mittlerweile hat die Stiftung einen Schwerpunkt in Sachen kindlicher Schlaganfall, klärt bundesweit auf und unterstützt betroffene Familien unter anderem durch Schlaganfall-Kinderlotsinnen. Eine davon ist Sabine Held, nun im neuen Kinderzentrum Bethel beheimatet. Für Klinikdirektor Hamelmann ist die Arbeit der Lotsin eine notwendige Ergänzung der medizinischen Behandlung. „Wir haben im neuen Kinderzentrum eine Spezialambulanz eingerichtet und arbeiten als Universitätsklinik in der Forschung an diesem Thema, das mittlerweile auch im Lehrkatalog für zukünftige Medizinerinnen und Mediziner aufgenommen wurde. Gemeinsam mit der Stiftung bauen wir kontinuierlich die Versorgung für Kinder und Jugendliche mit Schlaganfall aus.“

Der mittlerweile siebenjährige Lukas hat durch viele Übungen, Therapien, engagierte Eltern und verständnisvolle Lehrerinnen und Lehrer sein Leben zurückerobert. Seine Mutter profitiert sehr von der Schlaganfall-Kinderlotsin Sabine Held: „Wir als Eltern brauchen in so einer Situation jemanden, mit dem wir sprechen können und der nicht gleich überfordert ist“, betont Christina Ebmeier. *rio*



An einem Spielgerät zeigte Lukas Liz Mohn, wie gut er trotz seiner Behinderung wieder klettern kann.



## ERFAHRUNGSUSTAUSCH FÜR JUNGE BETROFFENE

Vom 16. bis 18. Februar 2024 findet wieder der Erfahrungsaustausch „Junger Mensch und Schlaganfall“ in der Jugendherberge Duisburg Sportpark statt. Er richtet sich an Betroffene im Alter von 18 bis 55 Jahren und ihre Angehörigen. Unter dem Motto „Ich spüre was, was du nicht siehst...“ soll es dieses Mal um die unsichtbaren Folgen des Schlaganfalls gehen. Unsere Psychologinnen und Referenten werden Workshops und Vorträge anbieten. Abgerundet werden die drei Tage durch ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Mehr Informationen im Internet unter [schlaganfall-hilfe.de](http://schlaganfall-hilfe.de).



## ONLINE-VERANSTALTUNG DER SCHLAGANFALL-HILFE

**Mittwoch, 6. Dezember 2023, 17:00 bis 19:00 Uhr**

*Selbstmanagement bei chronischer Fatigue – ein Beitrag zu mehr Partizipation und Wohlbefinden*

Eine anhaltende Kraft- und Energieminderung (Fatigue) ist ein häufig vorkommendes Symptom des Schlaganfalls sowie vieler anderer chronischer Erkrankungen. Die Betroffenen sind meist stark in ihrer eigenständigen Lebensführung, ihrer Lebensqualität und ihrem Wohlbefinden eingeschränkt. Da es gegen Fatigue bislang noch keine nachweislich wirksamen Medikamente gibt, führt der Weg zu einem zufriedenstellenden Leben über das Erlernen eines umfassenden Selbstmanagements, das sich auf möglichst viele Aspekte der Person sowie auf die (Neu-)Gestaltung möglichst vieler Lebensbereiche beziehen sollte. Der Vortrag informiert über das Störungsbild Fatigue, die wichtigsten diagnostischen Möglichkeiten sowie die wichtigsten Prinzipien eines angepassten Selbstmanagements bei Fatigue.

*Referent: Heiko Lorenzen, Schulleitung Ergotherapie, Döpfer Schulen Köln*

### ANMELDUNG

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos. Ihre Anmeldung senden Sie bitte an Michaela Hesker, E-Mail: [veranstaltung@schlaganfall-hilfe.de](mailto:veranstaltung@schlaganfall-hilfe.de). Sie erhalten anschließend den Zugangslink zur Veranstaltung.



## NEUER RATGEBER

„Neustart nach dem Schlaganfall“ ist der Titel eines neuen Ratgebers. Autor ist der erfahrene Physiotherapeut Helmut Gruhn. Das Buch ist ein Leitfaden für Betroffene und Angehörige, um mit der neuen Situation klarzukommen. Im Fokus steht das erste Jahr nach Entlassung aus der klinischen Reha, in dem gesundheitliche Fortschritte am leichtesten fallen, zugleich aber der Alltag neu angepasst werden muss. Die einzelnen Phasen werden in separaten Kapiteln behandelt. Eine Seite mit übersichtlichen Stichpunkten fasst den Inhalt jedes Kapitels zusammen.

Helmut Gruhn, Niklas Schaab:  
Neustart nach dem Schlaganfall, 2023,  
TRIAS-Verlag, ISBN: 978-3-432-11790-4



## AUFKLÄRUNG INS WOHNZIMMER BRINGEN

Schöne Kooperation zwischen der UFA Serial Drama und der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe: In der RTL-Serie „Alles was zählt“ erleidet die Figur Deniz Öztürk (gespielt von Igor Dolgatschew) einen Schlaganfall. Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe beriet das Produktionsteam, um die Geschichte emotional und trotzdem glaubhaft zu erzählen. Deniz wird sogar von einer Schlaganfall-Lotsin unterstützt, gespielt von Bianca Naß. Im wahren Leben ist die 32-Jährige echte Schlaganfall-Lotsin und begleitet Patientinnen und Patienten am Helios Klinikum Schleswig. Ende November wurde die Folge ausgestrahlt.



## RADFAHREN NACH SCHLAGANFALL

Erstmals richtete die Deutsche Schlaganfall-Hilfe im Herbst einen Radfahr-Workshop aus. Oft sind Betroffene nach der Erkrankung zwar physisch noch in der Lage, ein Fahrrad zu führen, fühlen sich aber unsicher. In dem dreitägigen Workshop galt es für die acht Teilnehmerinnen und Teilnehmer deshalb zunächst, sich die Techniken des Fahrradfahrens bewusst zu machen. Wer auf zwei Rädern dennoch nicht mehr zurechtkam, konnte das Fahren auf einem Dreirad ausprobieren. Das Echo der Teilnehmenden war durchweg positiv. Der Workshop soll wiederholt werden.

## Wohnen und leben in der Pfennigparade



## Mehr als nur ein Dach über dem Kopf

Individuelle Förderung, Assistenz und Begleitung

- Selbstbestimmt leben
- Perspektiven entwickeln
- Größtmögliche Selbständigkeit erlangen
- Horizonte erweitern
- Aktiv am Leben teilhaben
- Inklusiv wohnen in kleinen dezentralen Wohneinheiten

### **Pfennigparade Vivo GmbH**

Wohnen und Rehabilitation für  
Menschen mit Körperbehinderung  
und Beatmung



### **Pfennigparade REVERSY GmbH**

Rehabilitation von Menschen  
mit erworbener Hirnschädigung

Schleißheimerstraße 282  
80809 München

Tel.: 089 8393-6631  
Fax: 089 8393-6639

[www.pfennigparade.de](http://www.pfennigparade.de)  
[sozialdienst.wohnen@pfennigparade.de](mailto:sozialdienst.wohnen@pfennigparade.de)

**BEWEGUNG**

# AB AUF DIE TANZFLÄCHE

Von Matthias Brönerhorst

Tanzen ist viel mehr als Rhythmus und Bewegung. Wer regelmäßig tanzt, belohnt sich mit guter Laune, gesundem Körper und einem wachen Geist. Dürfen wir zum Tanz bitten?

„Ich kann nicht tanzen!“ Diesen Satz haben Sie bestimmt schon oft gehört. Oder vielleicht sogar selbst gesagt. Völlig zu Unrecht, findet Tanzlehrerin Margret Hey aus Lemgo. „Jeder kann tanzen“, ist sie überzeugt. Schon Säuglinge nicken mit dem Kopf oder wackeln mit den Armen, wenn ihnen eine Melodie gut gefällt. Das Gefühl für das Tanzen ist uns angeboren.



## ALLESKÖNNER TANZEN

Obwohl den Menschen das Rhythmusgefühl in die Wiege gelegt wird, sind Deutsche eher Tanzmuffel. Schade eigentlich, findet Anna Engel, Bewegungsexpertin der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe. Denn „Tanzen ist ein echter Alleskönner“, sagt sie. Sich zu rhythmischer Musik zu bewegen, tue nicht nur der Seele gut, sondern sei ein Training für Körper und Geist. „Es ist für jeden Menschen geeignet – egal wie alt er ist, welches Gewicht er hat oder ob geistige oder körperliche Einschränkungen vorliegen“, sagt die Expertin.

## TRAINING FÜR DIE MUSKELN

Wer erst einmal mit dem Tanzen angefangen hat, wird schnell merken: Hier ist Muskelarbeit gefragt! „Von den Fußspitzen bis zu den Fingerspitzen werden alle Muskeln im Körper beansprucht“, erklärt Margret Hey. Vor allem die Füße, Waden

und Oberschenkel werden so richtig fit gemacht. Aber auch die Arm-, Schulter- und Rückenmuskulatur wird gefordert. „Denn eine aufrechte Haltung ist das A und O beim Tanzen“, betont die erfahrene Tanzlehrerin. Wer regelmäßig eine flotte Sohle aufs Parkett legt, verbessert seine Körperhaltung, kräftigt die Wirbelsäule und hält sie beweglich. „Ein guter Ausgleichssport für alle, die einen Bürojob haben“, meint Anna Engel. Zudem werden durch die abwechslungsreichen Bewegungen die Gelenke in alle Richtungen bewegt. Das „schmiert“ sie und hält sie lange gesund.

## PRÄVENTION MIT SPASSFAKTOR

Neben der Hüfte kommt auch das Herz-Kreislauf-System in Schwung, weiß die Bewegungsexpertin der Schlaganfall-Hilfe. „Tanzen ist eine moderate Ausdauerbelastung, wenn man es nicht





Margret Hey,  
Tanzlehrerin



Anna Engel,  
Bewegungsexpertin

übertreibt, und damit ideal, um die Herz-Kreislauf-Gesundheit zu verbessern“, erklärt sie. Einem Schlaganfall könne man so gut vorbeugen, so die Gesundheitswissenschaftlerin weiter. Und Spaß mache Tanzen mit guter Musik noch dazu.

## GLEICHGEWICHT UND KOORDINATION

Ein Schritt nach rechts, zwei Schritte nach links und zum Schluss noch eine Drehung. Ja, Tanzen kann koordinativ ganz schön anspruchsvoll sein. Deshalb betont Margret Hey: „Es muss nicht perfekt sein. Die Hauptsache ist, dass Sie anfangen und Spaß haben.“ Von den vielfältigen Tanzschritten profitieren auch Schlaganfall-Betroffene – und das doppelt: „Sie können ihre Standfestigkeit verbessern und die Sturzgefahr verringern“, erklärt Hey. Mit Tanzkursen für Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen hat sie schon lange Erfahrung. Sie gibt seit

Jahren Tanzkurse für Parkinson-Betroffene und hat sich zur Fachübungsleiterin Rehasport ausbilden lassen.

## TRAINING FÜR DAS GEHIRN

Tanzen hält das Gehirn auf Zack? Ja, richtig gelesen. Schrittfolgen merken, neue Tanzschritte und Figuren lernen, das fordert unser Gehirn heraus und ist „ein gutes Gedächtnistraining“, sagt Hey. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt: Beim Tanzen werden viele Regionen des Gehirns gleichzeitig beansprucht, Nervenstränge und -verbindungen werden dadurch gestärkt und teilweise neu verknüpft. Ganz nebenbei macht Tanzen auch noch glücklich, denn das Gehirn schüttet eine Flut von Glückshormonen aus. „Das hilft, Stress abzubauen“, weiß die 65-Jährige. Nette soziale Kontakte gibt es im Tanzkurs gratis dazu. Bei so vielen positiven Effekten kann der Weg doch nur auf die Tanzfläche führen ...

# MOTOmed®

Unterstützen Sie Ihren Rehabilitationsprozess mit passiver, assistiver und aktiver MOTOMed Bewegungstherapie.



## Ihr Plus bei MOTOMed

- + Wissenschaftlich belegt und langjährig erprobt
- + Intuitive Bedienung
- + Krankenkassen erstattungsfähig
- + 7" Touch-Bildschirm
- + Einzigartige Höheneinstellung für Bein- und Armtrainer



[www.motomed.de](http://www.motomed.de)

07374 18-84

**RECK**

ERNÄHRUNG

# NÜSSE

## GESUNDE MULTITALENTE

Ob zum Backen oder Kochen, als gesunder Snack oder Hauptspeise, zu süßen oder herzhaften Gerichten – Nüsse sind in der Küche vielfältig einsetzbar. Zudem stecken sie voller wertvoller Inhaltsstoffe.

**D**abei ist nicht alles, was sich Nuss nennt, im botanischen Sinne auch wirklich eine. So gehören beispielsweise Erdnüsse zu den Hülsenfrüchten, Mandeln und Cashews dagegen zu den Steinfrüchten. Aufgrund ihres Aussehens und ihrer Beschaffenheit werden sie jedoch ebenfalls als Nuss bezeichnet. „Echte“ Nüsse wie Hasel- oder Macadamianuss gehören hingegen zu den Schließfrüchten. Ihre Frucht wird von einer Wand (Nussschale) aus drei miteinander verwachsenen Schichten umhüllt.

Erntezeit vieler Nuss-Sorten ist zwischen Oktober und Dezember. Aufgrund ihrer hervorragenden Lagerfähigkeit sind sie jedoch das ganze Jahr über erhältlich. Damit sie sich gut halten, sollten ganze Nüsse dunkel, kühl, trocken und luftig aufbewahrt werden. Am besten eignen sich dafür Netze oder Säcke. Geschälte und zerleinerte Nüsse sind deutlich kürzer haltbar. Angebrochene Verpackungen lagert man am besten in einer verschlossenen Dose im Kühlschrank. So können sich die Nüsse bis zu vier Wochen halten. Übrigens lassen sich geschälte Nüsse auch gut einfrieren. Auf diese Weise halten sie bis zu zwölf Monate lang. Unbedingt entsorgen sollte man Nüsse,

die Verfärbungen aufweisen, schlecht schmecken oder riechen. Denn Nüsse sind anfällig für Schimmelpilze, die jedoch nicht immer sichtbar sind. Außerdem können sie durch ihren hohen Fettgehalt ranzig werden.

Ihr hoher Fettanteil macht Nüsse aber auch sehr gesund, denn er besteht vor allem aus den wertvollen einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Diese wirken sich im Gegensatz zu den gesättigten Fettsäuren positiv auf die Blutfettwerte aus und senken den Cholesterinspiegel. Doch Nüsse bieten noch mehr Gesundes. So sind sie eine gute pflanzliche Proteinquelle und liefern reichlich Kohlenhydrate und Ballaststoffe. Zudem haben sie einen hohen Folsäuregehalt und enthalten Vitamin E, verschiedene B-Vitamine sowie einige wichtige Mineralstoffe. Allerdings setzt man am besten auf ungesalzene Nüsse, denn dauerhaft zu viel Salz kann den Blutdruck erhöhen.

Aber Achtung: Einige Menschen reagieren allergisch auf Nüsse. Bei ihnen reichen oft schon kleinste Mengen, um Beschwerden bis hin zu Atemnot auszulösen. Betroffene können bei abgepackten Lebensmitteln mit einem Blick auf die Allergen-Liste erkennen, ob und welche Nüsse enthalten sind. *abr*



## Gerösteter Rosenkohl mit Macadamia



### Für vier Personen

Zubereitungszeit: 1 Stunde

### Zutaten

4 EL Kokosöl  
 800 g Rosenkohl  
 1 Granatapfel  
 1 Bund Rucola  
 100 g Sesammus (Tahin)  
 4 EL Zitronensaft  
 Salz  
 1 TL Fenchelsamen  
 1 TL Anissamen  
 je ½ TL gemahlener Kumin (Kreuzkümmel),  
 gemahlene Kurkuma und Currypulver  
 2 TL Kokosblütenzucker  
 frisch gemahlener Pfeffer  
 80 g geröstete Macadamianüsse

### ZUBEREITUNG

■ Den Backofen auf 180 Grad (Umluft) vorheizen. 3 EL Kokosöl in einem kleinen Topf erhitzen, bis es flüssig ist. Den Rosenkohl putzen, die Röschen halbieren und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Das Kokosöl über den Rosenkohl gießen und ihn rundum damit benetzen. Im Backofen 20–25 Minuten rösten, bis die Röschen leicht gebräunt sind.

■ Währenddessen den Granatapfel halbieren und die Kerne herauslösen. Den Rucola grob zerkleinern. Das Sesammus mit 3 EL Zitronensaft und 200 ml Wasser in einer kleinen Schüssel zu einer cremigen Sauce verrühren und mit etwas Salz abschmecken.

■ Das restliche Kokosöl in einer großen Pfanne erhitzen. Fenchel- und Anissamen darin bei mittlerer Hitze anrösten, bis es duftet. Dann Kumin, Kurkuma, Currypulver und Kokosblütenzucker dazugeben und darin schwenken. Mit Salz, Pfeffer, restlichem Zitronensaft und ggf. Kokosblütenzucker abschmecken. Die Macadamianüsse unterheben.

Rosenkohl und Macadamia mischen, die Mischung auf Tellern anrichten, die Granatapfelkerne und den Rucola darüber verteilen und alles mit reichlich Sesam-Zitronensauce beträufeln.



### Das Nuss-Kochbuch

80 vegane Rezepte zum Kochen und Backen mit Nüssen

Estella Schweizer

Prestel Verlag

München · London · New York, 2022

ISBN: 978-3-7913-8836-6

## SALO+PARTNER –

Ihr Partner bei beruflicher Rehabilitation  
 und nachhaltiger Teilhabe am Arbeitsleben



Mehr Information finden Sie auf unserer Homepage  
[www.salo-ag.de](http://www.salo-ag.de)

Bitte wenden Sie sich bei Interesse gern an:  
 SALO+PARTNER, Hauptverwaltung Hamburg  
 (Spaldingstr. 57 – 59 • Rosenallee 6 – 8, 20097 Hamburg)  
 Telefon: 040/ 23916 – 0 • Mail: [Info@salo-ag.de](mailto:Info@salo-ag.de)

### INDIVIDUELL

SALO+PARTNER gibt es 70 Mal bundesweit. Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt. Wir beraten persönlich und paßgenau.

### AMBULANT

SALO+PARTNER hat die Infrastruktur, um Ihnen in Ihrem Zuhause die Schritte in den Arbeitsmarkt zu erleichtern.

### ERFOLGREICH

SALO+PARTNER kann beste Ergebnisse bei der Vermittlung von Rehabilitanden in den allgemeinen Arbeitsmarkt vorweisen.



# WINTERZAUBER IN ÖSTERREICH

Von Matthias Brönerhorst

Österreich – die Alpenrepublik begeistert Ski-Fans aus aller Welt mit ihrem atemberaubenden Bergpanorama. Doch auch diejenigen, die nicht auf die Bretter steigen, erwarten zahlreiche Erlebnisse.

## DEM WINTER AUF DER SPUR

Glitzernder Schnee knirscht bei jedem Schritt unter den Füßen, ringsum Stille und die verschneite Naturpracht. Was gibt es Schöneres als eine Winterwanderung? Im Salzburger Land gibt es eine große Auswahl an präparierten Routen. Wie wäre es mit einer geführten Wanderung im Nationalpark Hohe Tauern? Bei einer Wanderung mit den Rangern erfahren Sie viel Spannendes und Wissenswertes über die vielfältige Tier- und Pflanzenwelt in Österreichs ältestem Nationalpark.

Wenn Sie es etwas romantisch mögen, sind Nieder- und Oberösterreich genau richtig für Sie. Hier schlängeln sich die Wege durch wunderschöne Winterlandschaften. In gemäßigttem Tempo erhaschen Sie unvergessliche

Blicke in die traumhaft schöne Berg- und Waldlandschaft. Sie möchten die verschneite Natur lieber etwas abseits der Wege erkunden? Schnappen Sie sich Wanderstöcke, ziehen Sie Schneeschuhe an und stapfen Sie querfeldein durch den tiefen Pulverschnee. Viel unberührte Alpenlandschaft erwartet Sie bei einer Winterschuhwanderung in Montafon, Teichalm und Tux.

## IN SCHWINDELERREGENDER HÖHE

Schwindelfrei? Dann schweben Sie doch mit der Bergbahn auf den über 3.000 Meter hohen Gipfel des Kitzsteinhorns. Oben angekommen, genießen Sie auf der Panoramaplatzform „Top of Salzburg“ einen unvergleichlichen Blick über das Gipfelmeer und die

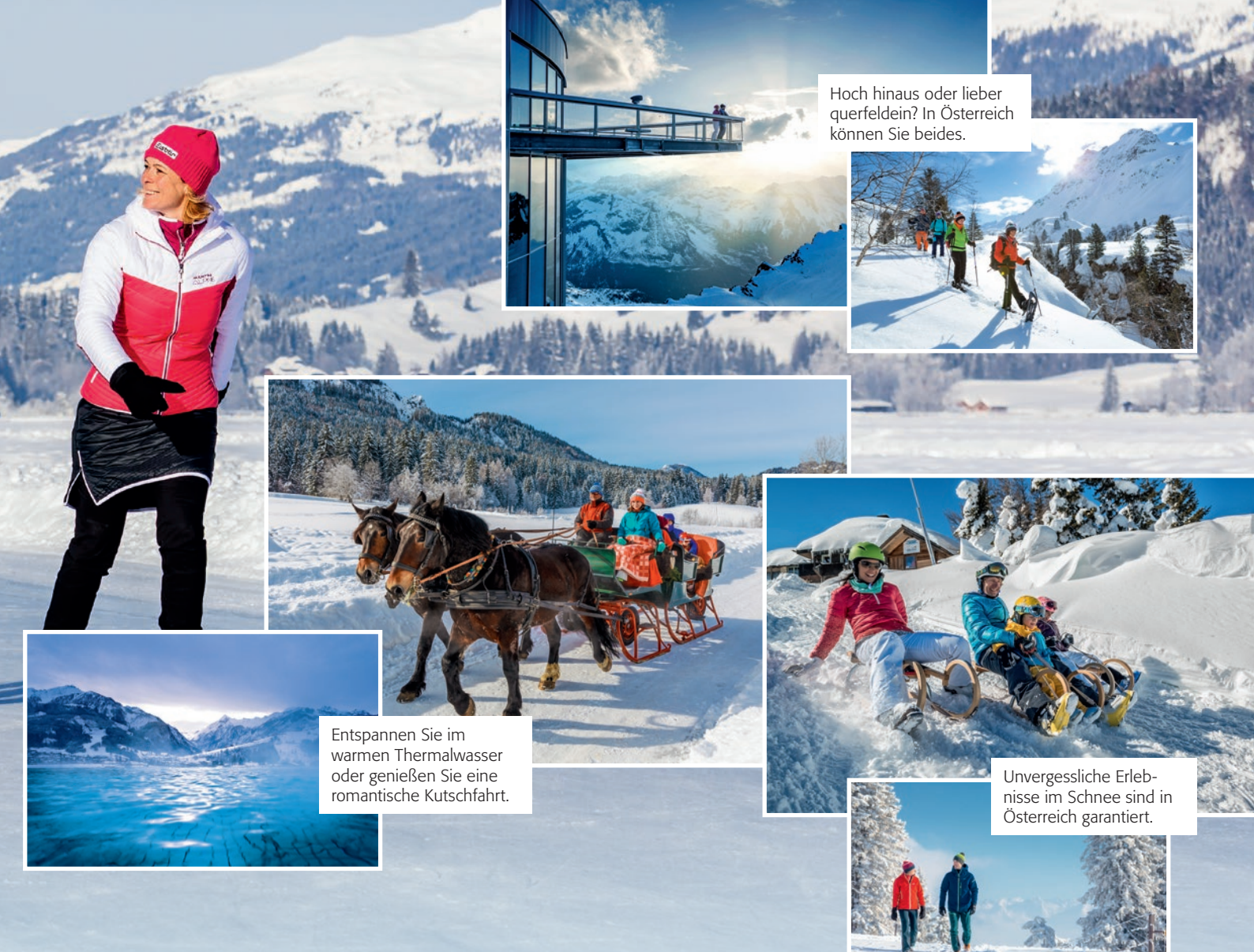
schier endlose verschneite Landschaft. Oder was halten Sie von einer Wanderung durch verschneite Baumzipfel über die „Golden Gate Bridge der Alpen“ in Saalbach-Hinterglemm? Atemberaubende Blicke in die umliegende Bergkulisse sind in über dreißig Meter Höhe garantiert.

## WELLNESS MIT WINTERPANORAMA

Gönnen Sie sich eine Auszeit! In Österreich gibt es viele Spa- und Wellnesshotels. Im Winter ist es hier fast noch gemütlicher als im Sommer. Neben Saunen und Dampfbädern, die immer gegen Kälte helfen, haben viele Hotels beheizte Außenpools, von denen aus Sie einen großartigen Panoramablick über die schneebedeckten Berge ha-







Hoch hinaus oder lieber querfeldein? In Österreich können Sie beides.

Entspannen Sie im warmen Thermalwasser oder genießen Sie eine romantische Kutschfahrt.

Unvergessliche Erlebnisse im Schnee sind in Österreich garantiert.

ben. Besonders schön ist es am lieblichen Mattsee, dem Wolfgangsee oder auch in Tirol und im Montafon. Zusätzlich können Sie sich in den vielen Wellnesshotels mit österreichischen Spezialitäten kulinarisch verwöhnen lassen.

### MIT DEM SCHLITTEN DURCH DEN WINTER

Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde – so zumindest das Sprichwort. Noch schöner ist es wohl nur, sich in warme Decken eingekuschelt bei einer romantischen Kutschfahrt durch die glitzernde Winterlandschaft ziehen zu lassen. Lust bekommen? Kutschfahrten durch die fast wahr gewordene Schneekugellandschaft sind in vielen Regionen Österreichs möglich, etwa im Salzburger

Land oder in der Steiermark. Wer es rasanter mag, sollte eine Hundeschlittenfahrt mit Husky-Toni im malerischen Brandnertal im Westen Österreichs unternehmen. Gezogen von zehn Huskys, geht es mit dem Passagierschlitten auf eine 1,2 Kilometer lange Runde.

### EISIGE AKTIVITÄTEN

Wenn Sie mit Ihren Kindern verreisen, darf der Spaß nicht zu kurz kommen. Wie wäre es zum Beispiel mit Eislaufen auf dem idyllischen Weissensee? Keine Lust, die Schlittschuhe zu schnüren? Auch gut! Wie wär's stattdessen mit einer spaßigen Runde Eisstockschießen? Auch das ist auf dem Weissensee möglich. Auf Natureis ist das Spektakel ein besonderes Erlebnis für die ganze Familie.

### RODELGAUDI FÜR ALLE

Rodeln gehört zum Winterurlaub mit Kindern einfach dazu und ist in vielen Regionen wie Tirol und der Steiermark möglich. Eine Rodelgaudi für Jung und Alt bietet beispielsweise die rund drei Kilometer lange Zauberberg Erlebnis-Rodelbahn am Semmering. Talabwärts flitzen Sie durch Kurven und unter Tunnels hindurch die Naturrodelbahn hinab. Und ein einzigartiges Erlebnis aus Rodeln und Winterwandern bietet die Rodelsafari im Brandnertal. Auf 9,1 Kilometern wechseln sich rasante Abfahrten mit gemütlichen Wanderpassagen ab und bieten immer wieder traumhafte Ausblicke in die Natur.

## BUCHREZENSION

# LEBENSLEKTIONEN MEINER MUTTER

In ihrem autobiografischen Debütroman erzählt die Niederländerin Fen Verstappen vom Schlaganfall ihrer Mutter. Entstanden ist ein Werk über den Verlust und das Weiterleben.

**D**ie Mutter eine unangepasste und angesehene Modedesignerin. Schwester und Bruder kreieren erfolgreich Handtaschen und Schmuck. Die Erzählerin, eine Werbetexterin, unterstützt die Familie im Hintergrund. Gemeinsam stemmen sie Herausforderungen wie die wichtige Modemesse in Paris. Mit diesem Leben ist es schlagartig vorbei, als die Mutter eine Hirnblutung erleidet. Sie überlebt, bleibt jedoch aufgrund schwerer Einschränkungen stark pflegebedürftig.

Verstappen baut ihre Erzählung auf verschiedenen Zeitebenen auf. Zum einen sind da die Einblicke in das Familienleben vor dem Schlaganfall, angelehnt an die Zeit rund um den letzten gemeinsamen Parisaufenthalt. Da geht es

um vermeintlich banale Gewichtsorgen und lange feucht-fröhliche Abende in der Weinbar, aber auch um gegenseitige Enttäuschungen und emotionale Verletzungen. Rückblicke in die Kindheit der Erzählerin und ihrer Geschwister deuten die Wurzeln familiärer Konflikte an.

Zum anderen thematisiert die Erzählung natürlich den Schlaganfall und die folgenden Entwicklungen. So erleben die Lesenden gemeinsam mit den Protagonisten die banger Stunden im Krankenhaus, niederschmetternde ärztliche Diagnosen und den Umzug der Mutter ins Pflegeheim. Sie sind dabei, wenn die Erzählerin mit ihren Geschwistern das Haus der Mutter ausräumt und Bekannte schwierige Fragen im Supermarkt stellen, aber auch wenn die Sorgen weniger werden, der Alltag langsam zurückkehrt und neue Familienroutinen entstehen. Dabei gelingt es Verstappen, den schmerzhaften Prozess des Abschiednehmens greifbar zu machen. Denn obwohl die Mutter überlebt – nach ihrer Hirnblutung ist sie ein anderer Mensch, hat gewissermaßen die Mutterrolle abgelegt.

So ist Fen Verstappens Werk dann auch mehr als nur der Bericht über die Folgen eines Schlaganfalls. Vielmehr handelt es sich bei „Lebenslektionen meiner Mutter“ eher um eine Art Familienporträt und ein Trauerbuch. Ein echtes Lesehighlight. *abr*



*Fen Verstappen:*  
*Lebenslektionen meiner Mutter*  
Hardcover, 136 Seiten, 22 Euro  
Literaturverlag Droschl, 2023  
ISBN: 978-3-99059-124-6

## Verlosung

Wir verlosen drei Exemplare des Buches „Lebenslektionen meiner Mutter“. Bitte senden Sie uns bis zum 29. Januar 2024 eine Postkarte mit dem Stichwort „Lebenslektionen“ an: Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe, Postfach 104, 33311 Gütersloh. Sie können auch über unser Internetportal teilnehmen: [schlaganfall-hilfe.de/gewinnspiel](http://schlaganfall-hilfe.de/gewinnspiel)

**DU SIEHST  
WAS, WAS  
ICH NICHT SEHE?**

Unsere Fachkliniken sind seit rund  
40 Jahren auf die Weiterbehandlung  
von Schlaganfallpatienten  
spezialisiert – von Akut bis Reha!

Dann wähle  
sofort die  
**112**



**ALTEC**

**Verladetechnik**

D-78224 Singen  
Tel.: 07731/8711-0  
Fax: 07731/8711-11  
info@altec.de  
www.altec.de

## handscupe® paresis – mehr Lebensqualität gewinnen

Therapeutische Lagerungshilfe für die paretische Hand

- Unterstützt die ambulante Physio- und Ergotherapie durch gute rehabilitierende Wirkung
- Steigert die Aufmerksamkeit auf die gelähmte Hand und die zugehörigen Finger
- Wirkt bei regelmäßiger Anwendung Spasmen entgegen
- Verbessert das körperliche Gesamtgefühl



Mit Hilfsmittel-  
verzeichnis-  
nummer

Jetzt online  
bestellen!





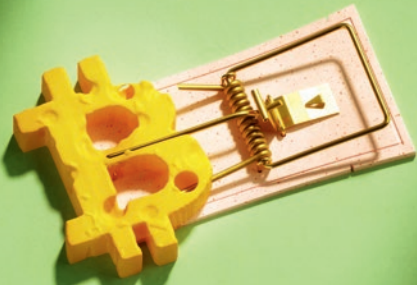
DENKSPORT  
UND SPASS

# FIT IM KOPF

Denksport hält das Gehirn in Schwung – und schon ein paar Minuten täglich reichen aus, damit die kleinen grauen Zellen fit bleiben.

## ACHTUNG: BUCHSTABEN-FALLE

Hier ist in jeder Zeile ein sinnvolles Wort versteckt. Die Buchstaben dieser Wörter sind allerdings sonderbar geschrieben. Mal gespiegelt, gedreht, oder sie stehen auf dem Kopf. Finden Sie rasch diese veränderten Zeichen und bilden Sie daraus ein Wort.



1. M K L K M K L C V V B 7 L E M L Q V F O V W L P M I E I V Q Z D L K L
2. L H P K 7 P V Q B L 0 L A C Q G L R S T E S P U K D M N A R S C U B M
3. K C V 7 L C G E E B Ü B Z U V I P Q M L 2 G F S 7 V Q L C E E B Z D M L R
4. Q V M L F V Q D P M G K R 0 P R Q G M R G Q W K Q L X K L E T D M L I B Q K
5. L C S 9 J M L C Q V M L S L 2 V B V Q L K B T C 7 K Q R E T M Q T A
6. M L V C G Q L C K M L E J K V R S T U D C K V Q E L D T I S T M L V Q S
7. F K M L K X C Q T V U V F M F I Q W R Z K 7 B M V Z E M L K I K R P H C
8. J P V G E F 8 R S N Q G F 0 G L C O T 2 L C L V G F 7 J M T L E Ö B F T U S L I V
9. G F P G K Z A L V C D R Q L 8 H K V L E 7 S C K I L E V Z T E F V Q L C R F L E L
10. L X P O K L R C Q G 8 L G K U V V Z M L P C G L J S H M V E U G K M I K V

- |         |          |
|---------|----------|
| 1. .... | 6. ....  |
| 2. .... | 7. ....  |
| 3. .... | 8. ....  |
| 4. .... | 9. ....  |
| 5. .... | 10. .... |

## FARBEN BENENNEN

Sagen Sie laut, in welcher Farbe die Wörter geschrieben sind. Beispiel: Ist das Wort rot in blauer Farbe geschrieben, dann sagen Sie laut blau. Gehen Sie rasch voran, möglichst ohne Fehler zu machen.

gelb blau rot blau rot

rot gelb blau rot grün

grün blau rot gelb rot

blau rot gelb grün blau

rot blau rot grün gelb

blau blau gelb grün rot

! Diese Übung können Sie sich durchaus immer wieder mal vornehmen. Sie erfordert jedes Mal aufs Neue Ihre volle Konzentration.

LÖSUNG AUF SEITE 46

## INNOVATIVE LÖSUNGEN

für eine Rehabilitation mit **Hand und Fuß**

PRO  
WALK



SaeboGlove®

• Greifen und Loslassen



SaeboStretch®



NeuGait

• Sicherer gehen können



NeuGait Plus



Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen!

## TERMINE

### Selbstmanagement bei chronischer Fatigue – ein Beitrag zu mehr Partizipation und Wohlbefinden

Mittwoch, 8. Dezember, 17:00 Uhr, Onlineveranstaltung  
Weitere Informationen: s. Seite 34

### Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Neurorehabilitation e.V. (DGNR)

14. bis 16. Dezember, Augsburg  
Weitere Informationen im Internet: dgnr-tagung.de

### Erfahrungsaustausch für jüngere Schlaganfall-Betroffene

16. bis 18. Februar, Jugendherberge Sportpark Duisburg  
Weitere Informationen: s. Seite 34

### Elternseminar für Familien schlaganfallbetroffener Kinder

Samstag, 2. März 2024, Bremen  
Anmeldung und Informationen: Team Kind und junger Mensch  
E-Mail: JungerMensch\_Kind@schlaganfall-hilfe.de

### Jahreskongress der Deutschen Gesellschaft für Klinische Neurophysiologie und Funktionelle Bildgebung e.V.

6. bis 9. März, Frankfurt am Main  
Weitere Informationen im Internet: kongress-dgkn.de

### Thala 1/2024 erscheint

Donnerstag, 7. März 2024

**Herausgeber:** Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe, Schulstraße 22, 33311 Gütersloh, Tel.: 052 41 97 70-0, Internet: schlaganfall-hilfe.de, E-Mail: presse@schlaganfall-hilfe.de

**Redaktion:** Mario Leisle (verantwortlich)

**Autoren dieser Ausgabe:** Anne-Marie Brockmann (abr), Matthias Brönerhorst (mab), Mario Leisle (rio), Annika Niehues (nie)  
Gastautorin: Gabriele Reckord, Rechtsanwältin, Gütersloh

**Korrektorat:** TERRITORY GmbH

**Anzeigen:** TERRITORY GmbH, Carl-Bertelsmann-Straße 33, 33311 Gütersloh, Tel.: 052 41 2 34 80-6 70, thala@territory.de

**Gestaltung:** TERRITORY GmbH, Frank Wellenbrink

**Druck:** Bösmann Medien und Druck GmbH & Co. KG, Detmold

Das Magazin erscheint viermal jährlich für die Förderer und Freunde der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe, Betroffene und Angehörige und die interessierte Öffentlichkeit.

**Fotonachweis Thala:** Getty Images (5, 6–7, 8–9, 10, 14, 17, 27, 34, 36–37, 38–39, 44–45, TERRITORY (1, 32), Arne Weichardt (3), Sabine Braun (4, 15), Sarah Jonek (5, 33), Barbara Kiffmeier (5, 24, 28), Mario Leisle (6, 18, 19, 20, 22, 24, 26), Universitätsklinikum Dresden (12), HASE BIKES (20), Paravan (20), Rehacare (20), Ekso Bionics (21), Novafon (21), HKK bionics (23), Hanna Retz (29, 34), Petra Fuchs (39), Yvonne Mahr (31), Anna Engel (34), UFA Serial Drama (34), Besim Mazhiqi (37), Margret Hey (37), Winfried Heinze (39), TINEFOTO/Martin Steinthaler (40, 41), Kitzsteinhorn (41), Stefan Kothner/Montafon Tourismus GmbH (41), Tauern SPA Zell am See-Kaprun (41), Tourismusregion Katschberg-Rennweg (41)

**Transparenzerklärung:** Alle redaktionellen Informationen in diesem Magazin wurden nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt. Komplexe Sachverhalte bereiten wir in Rücksprache mit Fachleuten laiengerecht auf. Eine Gewährleistung für die Richtigkeit aller Angaben jedoch schließen wir aus. Wir legen Wert auf die Unabhängigkeit der Redaktion und eine klare Trennung von Redaktion und Werbung. Anzeigen sind als solche eindeutig gestaltet oder werden gekennzeichnet. Wir orientieren uns am Pressekodex des Deutschen Presserats und an unserem Redaktionsstatut, das wir Ihnen auf Wunsch gern zusenden. Die redaktionelle Darstellung folgt keinen wirtschaftlichen Interessen. Die Anzeigen in diesem Magazin dienen seiner Finanzierung. Wir danken unseren Anzeigenpartnern ausdrücklich für ihre Unterstützung und bitten Sie, liebe Leserinnen und Leser, freundlich um Beachtung der Angebote.

**Vielfalt und Gleichberechtigung:** Wir schreiben für Menschen, die einen Schlaganfall erlitten haben. Ein Schlaganfall kann viele schwerwiegende neurologische Folgen haben. Deshalb achten wir auf verständliche, flüssig lesbare Texte und verwenden nicht immer alle geschlechtsspezifischen Endungen. Doch wir meinen jedes Geschlecht (m/w/d). Wir sind für alle da!

## AUFGABEN ZUM GEHIRNTRAINING



Haben Sie Spaß am Rätseln? In diesem Magazin (S. 44) veröffentlichen wir regelmäßig Aufgaben aus der Zeitschrift „GEISTIG FIT“. In der „GEISTIG FIT-Aufgabensammlung 2023“ finden Sie jetzt über 120 erprobte Aufgaben zum Mentalen Aktivierungs-Training (MAT) aus der Zeitschrift zusammengefasst. 160 Seiten mit wirksamen und abwechslungsreichen Übungen zur Steigerung der geistigen Fitness mit dem Gütesiegel der Gesellschaft für Gehirntraining e.V.

Friederike Sturm: GEISTIG FIT  
Aufgabensammlung 2023, 21,95 Euro,  
ISBN: 978-3-88562-126-3,  
Internet: gehirnjogger-zentrale.de

## RÄTSELLÖSUNG

### Buchstaben-Falle

1. Klang, 2. Lügen, 3. Fenster, 4. Gurken, 5. Paste, 6. Algen, 7. Kanten, 8. Rüsten, 9. Gärtner, 10. Kragen



**HERZENSSACHE  
LEBENSZEIT**

diabetes | schlaganfall | herz- und nierenschwäche

**Gesundheit ist Familiensache**

**Risiko erkannt, Risiko gebannt**

**Diabetes | Schlaganfall | Herz- und Nierenerkrankung**

Deutschlandweite  
**Info-Tour**

**Start ab Mai 2024**



**Termine & Infos unter  
[www.herzessache-lebenszeit.de](http://www.herzessache-lebenszeit.de)**



**Boehringer  
Ingelheim**



## Hochspezialisierte **SCHLAGANFALL-THERAPIE**

## Wir sind die Experten für Hand und Bein

Innovative Technik und eine auf Sie individuell konzipierte, intensive Therapie bringt Sie schrittweise zurück in ein aktiveres Leben. Wir sind deutschlandweit die erste ambulante Ergotherapie Praxis, die Ihnen die neueste Technologie in der Gangrehabilitation für Kinder und Erwachsene anbietet.

### Was Sie interessieren sollte!

**Gesichertes Wissen** ist, dass Nervenzellen und auch die Verbindungen zwischen den Nervenzellen in der Lage sind ihren Aufbau zu verändern, um Funktionen von anderen Bereichen, die beispielsweise durch einen Schlaganfall oder eine Hirnblutung oder Querschnittslähmung zerstört wurden, zu übernehmen. Die Voraussetzung hierfür ist jedoch ein für das Gehirn ausreichend hoher Input. Viele Studien zeigen, dass nur durch Roboter-Assistenz-Systeme eine so extrem hohe Anzahl an wiederholenden Übungen erreicht werden kann!

### Was wollen wir erreichen?

- ✓ **Förderung der Motorik** - Hand, Arm, Bein und Fuß
- ✓ Herabsetzung der Spastik
- ✓ Verbesserung komplexer Bewegungen
- ✓ Anstreben von Schmerzfreiheit oder Schmerzreduktion
- ✓ Erhöhte Selbstständigkeit
- ✓ Jeder Patient soll aktiver am Leben teilnehmen!

### Was wir tun!


- ✓ **Intensive Therapie** zur Verbesserung der Hand-, Arm-, Bein- und Fußmotorik mit motivierender Methodik.
- ✓ Wissenschaftlich anerkannte klassische Verfahren werden mit modernen Roboter-Assistenz-Systemen kombiniert.
- ✓ 10- bis 20-tägige Therapie je nach Schwere des Funktionsverlustes.
- ✓ 1:1 Therapeut / Patient Betreuung während des gesamten Therapieablaufs (keine Gruppentherapie)
- ✓ Gezielt abgestimmtes Training auf Ihre Bewegungseinschränkungen!

Patienten aus ganz Europa kommen zu uns. Fragen zur 1:1 Intensiv-Therapie und ggf. Unterbringung erklären wir gerne!

Kostenlose Informationen unter:  
 Tel. +49 89 51115595







*„Man braucht  
unglaublich viel Kraft  
und Geduld, um die notwendigen  
Hilfen zu finden und zu erhalten.“*

**MARIA UND IHRE MUTTER MARION**

... beim Erfahrungsaustausch der Deutschen Schlaganfall-Hilfe im Herbst 2022. Die junge Dessauerin erlitt mit 35 Jahren einen schweren Schlaganfall und braucht seitdem viele Hilfen und Therapien.



STIFTUNG  
DEUTSCHE  
SCHLAGANFALL  
HILFE



# Wir helfen Menschen, die in kein Schema passen!

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

noch immer ist der Schlaganfall ein schlimmes Ereignis. Dennoch gibt es Erfreuliches zu berichten. In den vergangenen 30 Jahren konnten wir die Schlaganfall-Versorgung so sehr verbessern. Fast doppelt so viele Menschen überleben den Schlaganfall heute. Das sind großartige Erfolge, die man in diesen Zeiten nicht oft genug erwähnen kann!



Wir haben ein Gesundheitssystem, in dem alle Menschen Hilfe in Anspruch nehmen können. In dem Medizinerinnen, Therapeuten, Pflegekräfte und alle anderen Helfenden einen hohen Qualitätsanspruch haben. Krankenkassen vergüten diese Leistungen – zumindest in der Regel – nach festgelegten Sätzen, nach Katalogen und Diagnosegruppen. Wenn Millionen Menschen zusammenleben und sich um ihre Gesundheit sorgen, dann braucht es Standards – Vorgaben für die Therapie bestimmter Erkrankungen, für die Bezahlung von Leistungen, für die Qualität der Behandlung. Wir können froh sein, solche Standards zu haben. In vielen anderen Teilen der Welt ist das nicht selbstverständlich.

Doch wo Licht scheint, fällt auch Schatten. Wer nach Standards und Kategorien handelt, landet schnell im Schubladendenken. Das ist die große Gefahr in einem komplexen System: dass der Mensch zum „Fall“ wird. Und jeder Fall in ein Schema passen muss. Oft geht das gut, doch was wird aus jenen Menschen, die in kein Schema passen?

Kein Schlaganfall ist wie der andere, ebenso wie kein Mensch dem anderen gleicht. Viele Schlaganfall-Betroffene und ihre Angehörigen sind seit Jahren auf der Suche nach den notwendigen Hilfen. Sie haben einen besonderen Hilfebedarf, den übliche Hilfeangebote nicht abdecken. Sei es, weil sie besonders schwer betroffen sind, Nebenerkrankungen haben, Verhaltensauffälligkeiten entwickelt haben oder schlicht zu jung für ein Pflegeheim sind. Die Liste von Schlaganfall-Folgen, die in kein Schema passen, ließe sich verlängern.

Ich finde es bewundernswert, welche Entwicklung Maria nach ihrem schweren Schlaganfall gemacht hat. Ebenso vorbildlich finde ich das Engagement ihrer Mutter Marion, die seit Jahren für die Versorgung ihrer Tochter kämpft. Schlaganfall-Betroffene wie Maria und ihre Mutter Marion benötigen unsere Unterstützung. Liebe Leserin, lieber Leser, wir helfen Menschen, auch wenn sie in kein Schema passen. Wollen Sie diese Hilfe heute wirksam unterstützen mit Ihrer Spende? Ich würde mich sehr freuen.

Ihre

Sylvia Strothotte  
Stellvertretende Vorstandsvorsitzende  
Leiterin Fundraising

**DURCH IHRE SPENDE KÖNNEN WIR WIRKSAM HELFEN!**

Sparkasse Gütersloh-Rietberg-Versmold  
IBAN: DE80 4785 0065 0000 0000 50  
BIC: WELADED1GTL

Wenn auch Sie helfen möchten, füllen Sie den beigefügten Zahlschein aus und bringen Sie das Formular zu Ihrer Bank. Oder spenden Sie online unter [schlaganfall-hilfe.de/spenden](https://schlaganfall-hilfe.de/spenden). Vielen Dank!

„Ich denke immer positiv und suche in allem einen Sinn. Aber manchmal komme ich wirklich an den Rand der Verzweiflung, wenn die Kasse wieder eine Ablehnung schickt oder Therapieprogramme nicht eingehalten werden. Nach langem Suchen haben wir passende Therapien für Maria gefunden, seitdem macht sie gute Fortschritte. Ein einschneidendes Erlebnis war der Erfahrungsaustausch der Schlaganfall-Hilfe. Maria hat dort das erste Mal seit ihrem Schlaganfall getanzt und den Rollstuhl drei Tage lang an die Seite gestellt. Wir haben uns bereits für das nächste Jahr angemeldet.“

**Marion**  
Mutter von Maria



Bitte hier ausfüllen und abtrennen

**SEPA-Überweisung/Zahlschein**

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts

BIC

Für Überweisungen in Deutschland, in andere EU-/EWR-Staaten und in die Schweiz in Euro.

**Beleg/Quittung für den Auftraggeber**

Empfänger  
Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe  
Postfach 104, 33311 Gütersloh

IBAN  
DE80 4785 0065 0000 0000 50

Kontoinhaber/Einzahler

IBAN des Kontoinhabers

(Quittung des Kreditinstituts)

**Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma** (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)

**Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe**

IBAN

**DE80 4785 0065 0000 0000 50**

BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)

**WELADED1GTL**



STIFTUNG  
DEUTSCHE  
SCHLAGANFALL  
HILFE

Betrag: Euro, Cent

Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen)

ggf. Stichwort

**M 4 2 3 B 0 1**

PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)

**Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort** (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)

IBAN

**D E** **06**

Datum

Unterschrift(en)

**SPENDE**

# Möchten Sie uns dauerhaft unterstützen und regelmäßig das Thala-Magazin erhalten? Werden Sie Fördermitglied!

## Meinen Förderbetrag in Höhe von

40 Euro (jährl. Mindestbeitrag)     60 Euro     einen höheren Betrag von  Euro

darf die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe von meinem Konto

monatlich     vierteljährlich     halbjährlich     jährlich    ab Monat/Jahr  /  einziehen.

Kreditinstitut:

IBAN:

BIC:

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige (wir ermächtigen) die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe, Zahlungen von meinem (unserem) Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein (weisen wir unser) Kreditinstitut an, die von der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe auf mein (unser) Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann (wir können) innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem (unserem) Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Meine (unsere) Mandatsreferenz sowie der nächstmögliche Einzugsstermin meiner (unserer) Lastschriftspende werden mir (uns) separat mitgeteilt.

Sollte das Konto nicht gedeckt sein, besteht für das Kreditinstitut keine Verpflichtung zur Einlösung.

Titel/Name/Vorname

Straße/Haus-Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Ort/Datum/Unterschrift

Bitte senden Sie diesen Coupon ausgefüllt an:

**Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe**  
**Betreuung Fördermitglieder**  
**Schulstraße 22, 33311 Gütersloh**

Mit Ihrer Spende und/oder Ihrer Anforderung von Informationsmaterial wird Ihre Anschrift in unserer Datenbank gespeichert. Dies ist notwendig, damit wir Zuwendungsbestätigungen ausstellen und Kontakt zu Ihnen aufnehmen können. Ihre Daten werden aber ausschließlich von uns genutzt und keinesfalls an Dritte weitergegeben. Wir sind gesetzlich verpflichtet, Sie darauf hinzuweisen, dass Sie der Speicherung und Nutzung Ihrer Daten widersprechen können.

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe | Schulstraße 22 | 33311 Gütersloh | Gläubiger-Identifikationsnummer: DE17ZZZ00000574970

### Ich habe der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe am

eine Spende in Höhe von

EUR überwiesen.

### Bestätigung zur Vorlage beim Finanzamt

(Gilt nur in Verbindung mit dem Kontoauszug oder Kassenbeleg Ihres Kreditinstituts.)

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe ist wegen der Förderung von Wissenschaft und Forschung, der Förderung der öffentlichen Gesundheitspflege sowie der Förderung der Volks- und Berufsausbildung einschl. der Studentenhilfe nach der Anlage zum Körperschaftsteuerbescheid des Finanzamts Gütersloh, St.-Nr. 351/5932/0066 vom 09.01.2023 für den letzten Veranlagungszeitraum 2021 nach § 5 Abs. 1 Nr. 9 KStG von der Körperschaftsteuer und nach § 3 Nr. 6 GewStG von der Gewerbesteuer befreit. Es wird bestätigt, dass die Zuwendung nur zur Förderung des öffentl. Gesundheitswesens u.d. öffentl. Gesundheitspflege, der Förderung von Wissenschaft und Forschung sowie der Förderung der Volks- u. Berufsausbildung, einschl. der Studentenhilfe verwendet wird. Für Spenden bis 300,- Euro gilt der abgestempelte Einzahlungsbeleg oder der Beleg zusammen mit einer Buchungsbestätigung (z.B. Kontoauszug) Ihres Kreditinstituts als Zuwendungsbestätigung. Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe sendet Ihnen jedoch schon ab einem Jahresspendenbetrag von 10,- Euro eine gesonderte Sammelzuwendungsbestätigung im Februar des Folgejahres zu. Darin sind alle von Ihnen geleisteten Spenden aufgezählt, somit entfällt das Einreichen von Einzelnachweisen beim Finanzamt.

### Datenschutzinformation:

Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe verarbeitet Ihre in dem Spendenformular/Überweisungsträger angegebenen Daten gem. Art. 6 (1) b) DSGVO für die Spendenabwicklung. Die Nutzung Ihrer Adressdaten und ggf. Ihrer Interessen für postalische, werbliche Zwecke erfolgt gem. Art. 6 (1) f) DSGVO.

### Einer zukünftigen, werblichen Nutzung Ihrer Daten können Sie jederzeit uns gegenüber widersprechen.

Weitere Informationen finden Sie in unseren Datenschutzhinweisen, die Sie online unter „<https://www.schlaganfall-hilfe.de/de/datenschutz>“ einsehen können.