

Häusliche Pflege bei Schlaganfall:

Kurzinfo

Bei einem Schlaganfall tritt eine plötzliche Durchblutungsstörung im Gehirn ein. Dadurch, dass die Nervenzellen im Gehirn einen Sauerstoffmangel erleiden, kann ein Schlaganfall weitreichende Folgen haben. Bei etwa 85 % der Patienten macht sich der Schlaganfall auch nach dem akuten Vorfall bemerkbar – eine Pflegebedürftigkeit kann dann vorliegen.

Gründe für eine Pflegebedürftigkeit nach Schlaganfall:

- ✓ Lähmungserscheinungen (halbseitig)
- ✓ Schwindel & Koordinationsstörungen
- ✓ Orientierungsstörungen
- ✓ Sehstörungen

Je nach Einschränkung der Selbstständigkeit kann Ihr Familienmitglied einen Pflegegrad von 1-5 bekommen. Damit Ihr Angehöriger Leistungen der Pflegeversicherung erhält, muss er einen Antrag auf Pflegeleistungen bei der Pflegekasse stellen. Der Medizinische Dienst prüft dann die bestehenden Einschränkungen und gibt eine Empfehlung für einen Pflegegrad ab.

Typische Pflegetätigkeiten in der häuslichen Schlaganfall-Pflege sind:

- ✓ Hilfe beim Ankleiden und bei der Mobilisation
- ✓ Körperpflege-Maßnahmen wie Zähneputzen, Unterstützung beim Duschen oder Baden
- ✓ Nahrungszubereitung und Hilfe bei der Nahrungsaufnahme
- ✓ Begleitung zu Arztterminen und Mitgestaltung der Freizeit



Nicht alle Schlaganfallpatienten sind auf die gleiche Hilfe im Alltag angewiesen. Die Auskunft von Ärzten und Pflegepersonen kann Ihnen dabei helfen, den Bedarf zu ermitteln. Eine Pflegeberatung, durch die Pflegekasse oder Pflegestützpunkte ermöglicht, steht Ihnen zur Seite – hier erfahren Sie, welchen Leistungsanspruch Ihr Angehöriger besitzt.

Das steht Menschen nach einem Schlaganfall zu

Hat die Pflegekasse Ihrem Angehörigen einen Pflegegrad zugeteilt, hat er Anspruch auf verschiedene Leistungen. Dazu zählen:

- ✓ Pflegegeld ab Pflegegrad 2
- ✓ Pflegesachleistungen ab Pflegegrad 2
- ✓ Verhinderungspflege ab Pflegegrad 2
- ✓ Kurzzeitpflege ab Pflegegrad 2
- ✓ Entlastungsbetrag ab Pflegegrad 1
- ✓ Pflegehilfsmittel – Budget in Höhe von 40 Euro monatlich ab Pflegegrad 1

Hilfsmittel für Schlaganfallpatienten

Menschen finden sich nach einem Schlaganfall nicht selten in einer völlig neuen Lebenssituation wieder. Die Einschränkungen können selbst einfache Tätigkeiten im Alltag schwierig gestalten. Glücklicherweise gibt es verschiedene Hilfsmittel, die die Selbstständigkeit steigern können.

- ✓ **Technische Hilfsmittel** wie Rollator, Rollstuhl, Pflegebett, Notrufsystem oder Badewannenlift – die Kosten trägt die Kranken- bzw. Pflegekasse.
- ✓ **Elektronische Hilfsmittel und Alltagshilfen** wie sprechende Zeigetafeln, Greifzangen oder spezielle Dosenöffner – die Kosten übernimmt auch hier bei einem medizinischen Bedarf die Kranken- bzw. Pflegekasse.



Pflegehilfsmittel zum Verbrauch wie Bettschutzeinlagen, Einmalhandschuhe und Schutzkittel zur Inkontinenzpflege können Sie über die Pflegehilfsmittelpauschale kaufen. Hierfür stehen Ihnen monatlich 40 Euro zur Verfügung. Nutzen Sie am besten unsere Sanubi-Pflegebox und wir kümmern uns um die Abrechnung.

Wie gehe ich mit einem Schlaganfallpatienten um?

Gerade zu Anfang ist die Verunsicherung groß. Jetzt kommt es auf eine offene und wertschätzende Kommunikation an.

Tipp 1:

Behandeln Sie Ihren Angehörigen mit Liebe und Respekt – treffen Sie Entscheidungen stets gemeinsam, insbesondere solche, die die Pflegesituation betreffen. Die Kommunikation sollte liebevoll und verständnisvoll sein.

Tipp 2:

Fordern, aber überfordern Sie Ihren Angehörigen nicht – mit Sprachübungen oder Bewegungsübungen können Sie die Aufmerksamkeitsspanne und die Bewegungskontrolle optimieren. Motivation ist jetzt besonders wichtig. Verlangen Sie Ihrem Angehörigen aber nicht zu viel ab und planen Sie Pausen ein.

Tipp 3:

Ermöglichen Sie Ihrem Angehörigen ein Stück Lebensqualität: Ein leckeres Mittagessen oder ein Ausflug in den Park kann den Alltag versüßen. Überraschen Sie Ihren Angehörigen ab und zu.

Tipp 4:

Passen Sie die Kommunikation bei Sprachproblemen an: Reden Sie langsam, deutlich und nutzen Sie Gestik und Mimik. Nehmen Sie dem Angehörigen die Wörter nicht vorweg und verzichten Sie darauf, ihn zu korrigieren – das verhindert Frustrationen und Verunsicherungen beim Betroffenen.

Ganz wichtig:

Beugen Sie einem erneuten Schlaganfall vor!

- ✓ Vermeiden Sie Bluthochdruck bei Ihrem Angehörigen – ein optimaler Wert liegt bei maximal 135/85 mmHg.
- ✓ Motivieren Sie Ihren Angehörigen, mit dem Rauchen aufzuhören.
- ✓ Lassen Sie die Zuckerkrankheit überwachen. Diabetiker haben ein zwei- bis dreifach erhöhtes Schlaganfall-Risiko.
- ✓ Helfen Sie Ihrem Angehörigen dabei, Übergewicht zu verlieren.



Übrigens: Wenn Ihr Familienmitglied die Voraussetzungen für die medizinische Behandlungspflege erfüllt, kommt ein ambulanter Pflegedienst nach Hause und übernimmt die Medikamentengabe.

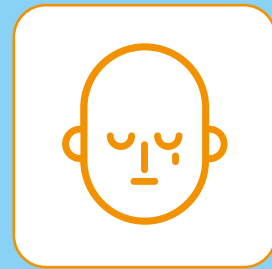
Die neun wichtigsten Tipps für eine gesunde Ernährung:



Iss 5 handvoll Obst und Gemüse am Tag



Koche selbst und mit frischen Zutaten



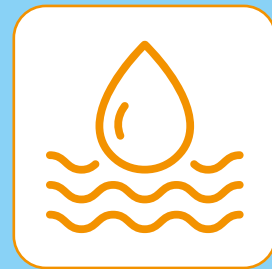
Vermeide essen aus Frust und Langeweile



Genieße dein Essen in Gesellschaft



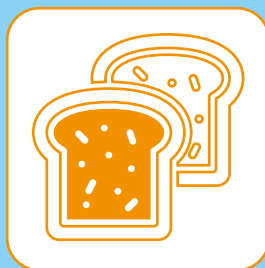
Wähle gesunde Fette



Trinke Wasser statt Softdrinks



Iss pflanzenbasiert und wenig Tierisches



Ziehe Vollkorn Weißbrot vor



Variiere deine Speisen

Wo bekommen Betroffene und Angehörige Hilfe?

Betroffene, aber auch Angehörige, können unter den Folgen eines Schlaganfalls leiden. Dafür sorgen beispielsweise Einschränkungen im Leben oder anstrengende Pflegetage. Eine wertvolle Hilfe sind neben Pflegestützpunkten auch Selbsthilfegruppen. Hier können sich Betroffene und Angehörige über ihre Probleme austauschen und erhalten Tipps für den Pflegealltag. Bei der [Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe](#) können Sie sich nach Selbsthilfegruppen in Ihrer Nähe informieren.

Die Schlaganfall Angehörigen-Checkliste

Unsere Sanubi-Checkliste hilft Ihnen dabei, sich auf die Pflege eines Schlaganfallpatienten vorzubereiten.

- ✓ Informieren Sie sich bei dem behandelnden Arzt nach der benötigten pflegerischen und medizinischen Versorgung.
- ✓ Überprüfen Sie das häusliche Umfeld auf nötige Umgestaltungsmaßnahmen.
- ✓ Lassen Sie sich in einem Pflegestützpunkt beraten.
- ✓ Beantragen Sie gemeinsam mit Ihrem Angehörigen einen Pflegegrad und nach Bewilligung Pflegekassen-Leistungen.
- ✓ Nutzen Sie das Budget in Höhe von 40 Euro für Pflegehilfsmittel zum Verbrauch.
- ✓ Führen Sie ein Pflegetagebuch, indem Sie notwendige Pflegemaßnahmen notieren, das hilft auch dem behandelnden Mediziner.
- ✓ Schätzen Sie in regelmäßigen Abständen ab, ob sich der Pflegebedarf verändert hat und ob Sie gegebenenfalls Unterstützung benötigen. In dem Fall ist die Pflegekasse Ihres Angehörigen der richtige Ansprechpartner.
- ✓ Vergessen Sie sich nicht selbst und gönnen auch Sie sich in regelmäßigen Abständen Ruhepausen.