

## Und das ist unser Angebot

**für alle,  
die einen Schlaganfall erlitten  
haben und ganz besonders für  
deren Betreuer**

- Kontakt mit anderen Betroffenen
- Aussprache und Erfahrungsaustausch bei gemütlichem Beisammensein
- Förderung der gegenseitigen Hilfsbereitschaft
- Informationen über medizinische und soziale Hilfen
- Vorträge zu therapeutischen, medizinischen und Behinderten-Themen von kompetenten Referenten
- Gemeinsame Ausflüge auch mit unseren Rollstuhlfahrern in die nähere und weitere Umgebung

in enger  
Kooperation  
mit der:



### Unser regelmäßiger Treff:

An jedem 1. Freitag  
im Monat um 15.00 Uhr  
(diese Terminierung bleibt vorbehalten)

### Wo treffen wir uns?

SCI: Nachbarschaftshaus  
Annastraße 29A, 47441 Moers

### Kontakt zu uns knüpfen Sie am besten über:

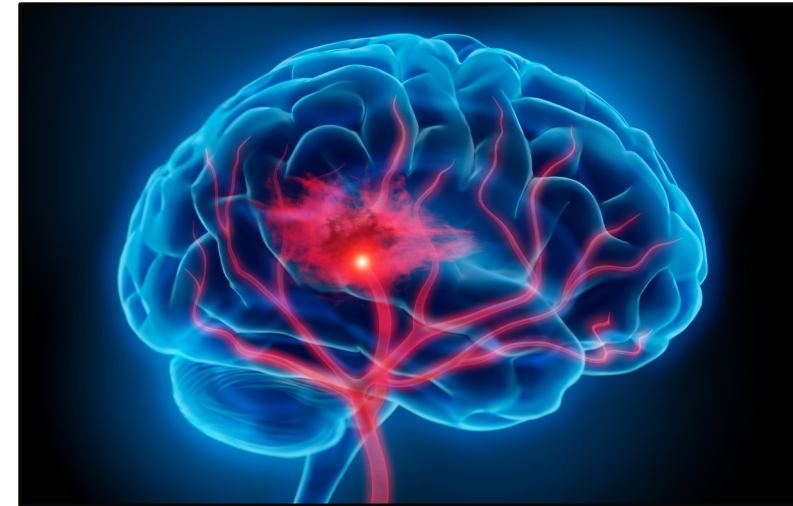
Karin Raschka  
Telefon: 02841 / 440285  
SHG-Moers@gmx.de



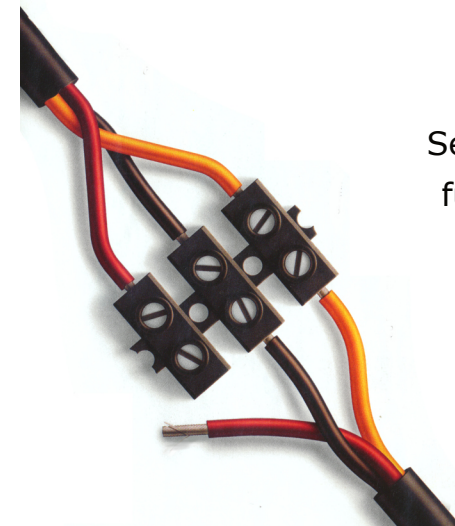
oder

Schlaganfall-Helferin  
Ingrid Anna Steuk  
Telefon: 02843 / 60959

# Schlaganfall?



**Lassen Sie den  
Kopf nicht hängen!  
Besser ist, das  
Leben mit einer  
Selbsthilfegruppe  
zu meistern!**



## SHG

Selbsthilfegruppe  
für Schlaganfall-  
Betroffene und  
Betreuer Moers

## **Der Schlaganfall ist ein Notfall von der ganz schlimmen Sorte!**

### **Wichtig:**

Je früher der Schlaganfall erkannt und behandelt wird, umso größer sind die Chancen, die Folgen des Schlaganfalls zu mindern.

### **Was ist ein Schlaganfall?**

Ein Schlaganfall ist die Folge einer plötzlichen Durchblutungsstörung des Gehirns.

Diese kann verursacht werden durch:

- eine Mangeldurchblutung (Ischämie), weil ein zum Gehirn führendes Blutgefäß plötzlich verstopft wird
- eine Blutung durch den plötzlichen Riss eines Blutgefäßes

Durch diese Vorgänge erhalten die unterversorgten Nervenzellen im Gehirn zu wenig Sauerstoff und sterben in kurzer Zeit ab.

Für einen Schlaganfall gibt es noch andere Begriffe wie Apoplex oder Insult.

Wenn es zu einer örtlichen Mangeldurchblutung im Gehirn gekommen ist, spricht man von einem Hirninfarkt.

Die medizinische Bezeichnung „Apoplex“ ist aus dem Griechischen abgeleitet und bedeutet dort: „getroffen, betäubt, schlaff, bestürzt, niedergeschlagen“.

Diese Begriffe beschreiben wesentliche Aspekte des Schlaganfalls und lassen erkennen, dass diese Erkrankung mit körperlichen und seelischen Folgen verbunden ist.

### **Häufigste Behinderungen:**

- Halbseitige Lähmungen
- Sehbehinderung (Hemianopsie)
- Sprachstörungen (Aphasie)
- Reizbarkeit
- Gefühlsschwankungen
- Krampfanfälle

### **Störungen:**

- der Körperwahrnehmung (Sensibilität)
- der Bewegungsplanung (Apraxie)
- der Sprachmotorik (Dysarthrie)
- des sprachlichen Gedächtnisses

### **Nach einem Schlaganfall:**

Ein Schlaganfall verändert und prägt erheblich das weitere Leben der Betroffenen **und ihrer**

### **Angehörigen.**

### **Selbsthilfegruppen:**

Sie leisten einen wertvollen Beitrag zur Bewältigung der schweren Situation.

Die Pflegeberatung beim Sozialamt der Stadt Moers gibt Auskunft über die Unterstützungsangebote

Tel. 02841/201-833\*

---

\* Bitte beachten: Diese Telefon-Nr. kann sich noch ändern

---

### **Selbsthilfe auch für Angehörige!**

**Auch die Angehörigen sind Betroffene, weil das Zusammenleben mit der erkrankten Person in vielfältiger Weise anders ist als vorher. In der Selbsthilfegruppe werden alle Probleme offen besprochen und gemeinsam wird nach Lösungswegen gesucht.**

### **Wer sind wir?**

Die Selbsthilfegruppe für Schlaganfall-Betroffene und Betreuer in Moers begann im Januar 1994 mit ihrer Arbeit.

Die Gruppe ist als weitgehend selbständige Institution beim Deutschen Roten Kreuz, Kreisverband Niederrhein e. V. eingerichtet. So ist es möglich, Spenden für diesen gemeinnützigen Zweck zu sammeln.

In angenehmer Atmosphäre kommen wir, Schlaganfall-Betroffene und Angehörige bzw. Betreuer, einmal im Monat zu einer Gesprächsrunde zusammen. Wir tauschen Erfahrungen und Informationen aus, laden fachkundige Referenten ein und sind gesellig beisammen.

So helfen wir, die Isolation zu überwinden, in die viele Schlaganfall-Betroffene geraten.

Darüber hinaus unternimmt die Selbsthilfe-Gruppe jährlich einen gemeinsamen Tages-Ausflug, bei dem auch unsere Rollstuhlfahrer teilnehmen können.

### **Was wir wollen:**

- Wege aus der Isolation und Resignation für Betroffene und Angehörige aufzeigen.
- Eigenverantwortung und Selbständigkeit fördern, um den Schlaganfallgeschädigten die Wiedereingliederung in Familie, Gesellschaft und Beruf zu erleichtern.
- Vermittlung von medizinischen und therapeutischen Kenntnissen.
- Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Schlaganfall