

# Was ist ein Schlaganfall (Apoplex)?

Internisten im Netz ([www.internisten-im-netz.de](http://www.internisten-im-netz.de)) beschreiben einen Schlaganfall so:

„Bei einem Schlaganfall handelt es sich um eine **plötzlich schwere Funktionsstörung des Gehirns**, die durch eine Verminderung oder vollständige Unterbrechung der blutversorgungbestimmter Gehirnbezirke entsteht.“

Typisch für den Schlaganfall sind das plötzliche Auftreten von Lähmungserscheinungen, Gleichgewichtsstörungen und unsicheres Gehen oder auch Seh- und Sprachstörungen, ein schiefer Mund. In solchen Fällen muss schnell gehandelt werden.

Wenn die Ausfallerscheinungen länger als einen Tag (24 h) auftreten, liegt ein vollständiger Schlaganfall vor. In diesen Fall ist es bereits zu einer bleibenden Schädigung des Nervengewebes gekommen.

Bestehen die beobachteten Ausfallerscheinungen nur vorübergehend, spricht man von einer transitorisch ischämischen Attacke (TIA).

In Deutschland erleiden jährlich 200.000 Menschen einen Schlaganfall. Damit steht der Schlaganfall an 2. Stelle der häufigsten Todesursachen in Deutschland.

„Gemeinsam meistern wir es!“

## Selbsthilfegruppe Schlaganfall Senftenberg

Nach einem Schlaganfall ist das Leben nicht mehr so wie es einst war. Viele Betroffene und Angehörige müssen sich auf eine komplett neue Lebenssituation einstellen. Im Mai 2013 gründete sich daher im Raum Senftenberg die Selbsthilfegruppe Schlaganfall. Anfänglich in den Räumen des Klinikum Niederlausitz, treffen sich derzeit an jedem 1. Montag des Monats 13 Mitglieder in der ASB- Begegnungsstätte, Kormoranstr. 1 in Senftenberg. In einer Gesprächsrunde tauschen sie gesammelte Erfahrungen aus oder suchen Antworten auf aktuelle Fragen. Denn „gemeinsam meistern wir es“, so der Leitsatz der Selbsthilfegruppe Schlaganfall.

Das Gespräch steht zwar oftmals im Vordergrund bildet aber nicht die gesamte Gruppenarbeit. So wie das Leben, so vielfältig sind auch die Aktivitäten der Selbsthilfegruppe. So gehören u.a. auch die Teilnahme an Veranstaltungen der Selbsthilfekontaktstelle – REKOSI, wie das nun schon zur Tradition gewordene Neujahrstreffen oder der im Frühjahr stattfindende Gesundheitstag dazu. Aber auch Infonachmittage, wie der mit Frau Schachtschneider, Psychotherapeutin, zum Thema „Gesunder Schlaf und das Immunsystem“ oder ein Vortrag der Logopädin Frau Nicole Göricke zum Thema „Sprach- und Schluckstörungen“ gehören dazu.

Eine Selbsthilfegruppe baut sich im Laufe der Jahre ein Informationsnetzwerk auf mit dem es zusammen arbeitet. Apotheken gehören dazu, denn sie verfügen über stets aktuelles Wissen im Bereich der Medikation, wie z.B. die Rathaus- Apotheke. Deren Inhaberin Frau Karla Luhan hielt einen interessanten Vortrag zum Thema „Alternative Medikamente und Ernährung“ in der Gruppe.

Nach den vielen Informationen gehören aber auch Erholung und Entspannung zum Gruppenleben. Das eine Seefahrt nicht nur lustig ist, sondern auch unterhaltsamen erfahren die Gruppenmitglieder bei ihrer Fahrt mit dem Solarkatamaran „Santa Barbara“ auf ihrer Tour vom Senftenberger Hafen über den Geierswalder See und zurück.

Da soll noch einmal jemand sagen, Selbsthilfegruppen wären langweilig!

Wir, als REKOSI, möchten uns auf diesem Wege für die Unterstützung der Selbsthilfegruppe Schlaganfall und Angehörige bedanken, die uns immer helfend zur Seite stehen, wenn wir eine Standbetreuung benötigen, wie z.B. zur Lausitzer Gesundheitsmesse in Senftenberg.



Ein Besuch im FamilienCampus Klettwitz mit sportlichen Aktivitäten



Apothekerin Frau Luhan zum Thema „Alternative Medikamente und Ernährung“



In entspannter Runde



Seerundfahrt mit dem Solar-Katamaran  
von Senftenberg nach Geierswalde



Standbetreuung zur  
Gesundheitsmesse  
in Senftenberg