

# Tipps und Hinweise für pflegende und unterstützende Angehörige von Schlaganfallpatienten

Der Schlaganfall eines nahestehenden Menschen ist für Angehörige eine große Belastung und stellt ihr Leben oft völlig auf den Kopf. Damit sie mit der neuen Situation gut klarkommen, haben wir eine Checkliste für pflegende und unterstützende Angehörige zusammengestellt.

- Um mit der Erkrankung langfristig umgehen zu können, sollten Sie im besten Fall als Team funktionieren. [Lassen Sie sich bei diesem Prozess von Ärzten und Therapeuten unterstützen.](#)
- [Als pflegender oder unterstützender Angehöriger sind Sie nicht für den Erfolg der Behandlung verantwortlich](#), sondern die Ärzte und Therapeuten. Aber Sie können emotionalen Beistand leisten, den Patienten motivieren, ihn im Alltag unterstützen und ihm Rückhalt geben.
- Bitten Sie den Therapeuten, [einige Übungen für den Patienten mit Ihrem Smartphone zu filmen](#). Zu Hause können Sie sich das gemeinsam anschauen, die Erfolge sehen und die Übungen wiederholen.
- [Feiern Sie mit Ihrem Angehörigen gemeinsam kleine und große Erfolge](#). Das schweiß zusammen und bringt schöne und entspannte Momente in einen vielleicht öfter mal herausfordernden Alltag.
- [Legen Sie sich einen „Notfallplan“ zurecht](#), denn auch Sie können einmal krank werden. Wer Sie dann vertritt, sollten Sie vorher festlegen. Tipps und Rat können Sie sich bei der Sozialberatung vor Ort holen.
- [Suchen Sie sich Hilfe](#), zum Beispiel bei Therapeuten, Krankenkassen, Pflegediensten, Selbsthilfegruppen für Angehörige von Schlaganfallpatienten oder bei der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe.
- Sie müssen nicht alles allein übernehmen. [Suchen Sie Entlastung für sich](#): innerhalb der Familie oder greifen Sie auf einen ambulanten Pflegedienst zurück.
- [Nutzen Sie jede Hilfe, die Sie bekommen können](#). Einige Krankenkassen bieten sogar den Service an, einen Ergotherapeuten zu Ihnen nach Hause zu schicken, der sich die häusliche Umgebung anschaut und mit Ihnen bespricht, was gebraucht wird.
- Erholen Sie sich, legen Sie eine Pause ein. Und fahren Sie einmal allein in Urlaub. [Auszeiten sind sehr wichtig für Ihr eigenes Wohlbefinden und Ihre Gesundheit.](#)
- [Stärken Sie die nonverbale Kommunikation](#). Nach einem Schlaganfall ist das Sprachvermögen bei vielen Patienten eingeschränkt. Dann ist es wichtig, zu lernen, sich auch ohne Worte verständigen zu können.
- [Begleiten Sie Ihren Angehörigen](#) zur Logopädie, zur Sprachtherapie. Das kann ein gutes Kommunikationstraining für Sie beide werden.