

# Leichte Hilfe nach einem Schlaganfall

Ehrenamtler unterstützen bei der Rückkehr ins Leben

**KREIS PINNEBERG** Kerstin Gerlach hatte vor vier Jahren einen Schlaganfall. Medizinisch fühlte sich die Mittvierzigerin gut versorgt. Jedoch: „Mir fehlte eine Stelle, wo ich all meine Fragen loswerden konnte“, sagt die Hamburgerin. Die Fragen, die Gerlach beschäftigten, drehten sich etwa um Arbeitsrecht sowie Rehabilitation und wie das Leben nach einem Schlaganfall weitergeht. Dank der Unterstützung ihres Partners habe sie die Situation meistern könne. „Aber ich habe mich gefragt, wie es für jemanden ist, der allein ist – und kam so auf die Idee selbst zu helfen“, sagt Gerlach. Ab Freitag, 20. März, wird sie deshalb als Beraterin des Schlaganfallrings Schleswig-Holstein ehrenamtlich betroffene Patienten und deren Angehörige in Rellingen beraten.

Sozialstation. Sie wird die Koordination der Beratungstermine und der ehrenamtlichen Berater übernehmen.

„Wir zeigen Wege auf“, so Vereinsvorsitzender Langemeyer. Dabei gehe es nicht darum, die medizinische Betreuung zu ersetzen, sondern Wege zum Umgang mit der Erkrankung aufzuzeigen. Erste Erfahrungen hat der Verein bereits mit dem Angebot von Sprechstunden in Kiel gesammelt. „Wir wissen, dass der Bedarf da ist“, sagt Langemeyer. „Ein Schlaganfall haut einen von einer auf die andere Sekunde von den Socken; das ganze Leben ist auf einmal anders“, weiß er aus eigener Erfahrung. Es gebe eine große Bandbreite von Fragen, die mit einem Schlaganfall einhergehen. Die Berater des Vereins wüssten Antworten, etwa zum Umgang mit Behörden, Therapieerfolgen, ambulanter Nachsorge, der Neuaustrichtung des Alltags, der Einbindung von Angehörigen in den Heilungsprozess, aber auch an an welche Experten sie Fragesteller weiterleiten können. Sie bieten also einen sprichwörtlichen Rettungsanker nach der Diagnose.

Wer das Beratungsangebot des Schlaganfallrings nutzen möchte, muss unter Telefon (041 01) 55 31 86 einen Termin vereinbaren. Pro Einzelberatung wird mindestens eine Stunde Zeit eingeplant. „Das Angebot steht für jeden offen, ist kostenlos und an keinerlei Bedingungen geknüpft“, sagt Langemeyer.

Der Schlaganfallring sucht außerdem Schlaganfall-Patienten oder Angehörige, die Lust haben, sich bei der Beratung einzubringen. „Sie sollten Lust darauf haben, anderen zu helfen“, sagt der Vereinsvorsitzende. Alle Berater erhalten Schulungen, um auf ihren Einsatz vorbereitet zu werden. Die Ehrenamtlichen werden durch die DRK-Begegnungsstätte koordiniert und können sich ebenfalls unter Telefon (041 01) 55 31 86 melden. *Geertje Meyer*

„Ein Schlaganfall haut einen von einer auf die andere Sekunde von den Socken; das ganze Leben ist auf einmal anders.“

Jürgen Langemeyer  
Vereinsvorsitzender

Einmal wöchentlich soll ab dann in Kooperation mit dem Kreisverband des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) in der DRK-Begegnungsstätte Rellingen, Appelkamp 8, Frage und Antwort gestanden werden. „Der Vorsitzende des Schlaganfallrings, Herr Langemeyer, hat sich an uns gewandt“, sagt Kerstin Kreuzhage von der zentralen Kontaktstelle für Selbsthilfe des DRK-Kreisverbands dazu, wie die Kooperation entstanden ist. „Wir wollen die Beratung flächendeckend gemeinsam mit etablierten Organisationen anbieten“, sagt Jürgen Langemeyer. Das Ziel sei es, Betroffenen Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. „Die Schlaganfall-Beratung passt gut in das Konzept unserer Begegnungsstätte“, sagt Nicole Giese, Leiterin der



Gemeinsam bieten sie die Beratung an: Kirsten Gerlach (von links), Nicole Giese, Birgit Hosse, Jürgen Langemeyer und Kerstin Kreuzhage.

MEYER

## INFO SCHLAGANFALLRING

Der Schlaganfallring ist ein Verein von Betroffenen und Angehörigen. Ihm geht es darum, die Patienten zu beraten und zu unterstützen. Dabei nutzen die ehrenamtlichen Helfer vor allem ihre eigenen Erfahrungen. Ziel ist es, dass Betroffene Hilfe zur Selbsthilfe erhalten. Unter Telefon (0 41 06) 6 06 79 gibt es Antworten auf erste Fragen nach einem Schlaganfall. > [www.schlaganfall-sh.de](http://www.schlaganfall-sh.de)

## INFO SCHLAGANFALL

Ein Schlaganfall ist eine mehr als einen Tag lang anhaltende Störung der Gehirnfunktion aufgrund einer plötzlichen Minderversorgung eines Gehirnbereichs mit Blut. Da dann die grauen Zellen in diesem Areal nicht mehr ausreichend Sauerstoff und Nährstoffe erhalten, drohen sie abzusterben. In diesem Fall kann das Gehirn den Bereich entweder temporär oder gar nicht mehr nutzen.