

# PHYSIOTHERAPIE NACH SCHLAGANFALL

**PHYSIO**  **DEUTSCHLAND**

Deutscher Verband für  
Physiotherapie (ZVK) e.V.

## WAS IST EIN SCHLAGANFALL?

Ein Schlaganfall (Hirnschlag, Apoplexie, engl. stroke) ist die Folge einer plötzlichen Durchblutungsstörung des Gehirns. Dabei ist die Versorgung mit Sauerstoff und Nährstoffen eingeschränkt bzw. blockiert. Die Zellen in den betroffenen Gehirnregionen gehen zugrunde.

## HÄUFIGE URSACHEN EINES SCHLAGANFALLS:

**Hirninfarkt** – zum Gehirn führende Blutgefäße oder Gefäße im Gehirn verengen oder verschließen sich, z. B. durch Arteriosklerose. Manchmal werden sie auch durch einen angespülten Blutpfropf verstopft (Hirnembolie).

**Hirnblutung** – sie wird verursacht durch den plötzlichen Riss eines Blutgefäßes im Gehirn.

Seltener Ursachen sind angeborene Gefäßmissbildungen oder Hirngefäße, die durch Infektionen geschädigt wurden.

Risikofaktoren sind vor allem Bluthochdruck, Diabetes, hohe Blutfette, Rauchen, Übergewicht und Bewegungsmangel. Diese Faktoren begünstigen Arteriosklerose, die meist über Jahre hinweg die Blutgefäße durch Fett- und Kalkablagerungen schädigt.

Übrigens sind keineswegs nur ältere Menschen betroffen. Auch Jugendliche und Kinder können einen Schlaganfall bekommen. Vorbeugen lässt sich durch eine gesunde Lebensweise, die auf fettreiche Ernährung und Rauchen verzichtet und Bewegung einschließt.

Schlaganfälle führen bei circa 70 Prozent der Betroffenen zu Folgeschäden. Häufig kommt es zu Sprachstörungen, einseitigen Lähmungen, Gangstörungen, depressiven Verstimmungen und Gedächtnisstörungen.

Informationen für Betroffene und Interessierte bietet die Stiftung Deutsche Schlaganfallhilfe unter [www.schlaganfall-hilfe.de](http://www.schlaganfall-hilfe.de)

## WANN HILFT DER PHYSIOTHERAPEUT?

**Vorbeugung** Ein aktiver, beweglicher Lebensstil mit regelmäßiger Ausdauerbelastung hilft, dem Schlaganfall vorzubeugen. Präventionskurse unter Anleitung von speziell fortgebildeten Physiotherapeuten können Sie dabei unterstützen. Diese Kurse dienen der körperlichen Aktivierung oder auch der Entspannung.

**Bewegen Sie sich regelmäßig!** Fragen Sie Ihren Physiotherapeuten nach geeigneten Kursangeboten!

**Therapie** Physiotherapie kann einen wesentlichen Behandlungsbeitrag leisten, wenn infolge eines Schlaganfalls das Bewegungssystem betroffen ist oder wenn Lähmungen eingetreten sind. Die physiotherapeutische Behandlung beginnt sehr rasch nach einem Schlaganfall, also bereits in der Klinik. Die Behandlung wird in der (neurologischen) Rehabilitation und anschließend in der freien Praxis Ihres Physiotherapeuten fortgesetzt.

Zahlreiche Physiotherapeuten sind durch spezielle Weiterbildungen für die Behandlung von neurologischen Patienten besonders qualifiziert. Sie arbeiten mit neuen Behandlungskonzepten wie der Forced-use-Therapie oder der Laufbandtherapie, die in der Behandlung nach Schlaganfall gute Erfolge aufweisen.

## MÖGLICHKEITEN FÜR BETROFFENE

Physiotherapie nach Schlaganfall ist eine Regelleistung der gesetzlichen Krankenversicherung in der ambulanten Versorgung.

Der Physiotherapeut behandelt Sie auf der Grundlage einer ärztlichen Verordnung. Bei erstmaliger Verordnung sind bis zu 10 Behandlungseinheiten vorgesehen, bei längerfristigem Behandlungsbedarf bei Patienten nach dem 18. Lebensjahr bis zu 30 Einheiten, bei Patienten unter 18 bis zu 50 Einheiten.

## WAS ERWARTET DEN PATIENTEN?

Der Physiotherapeut stützt sich auf die ärztliche Diagnose und auf seinen eigenen physiotherapeutischen Befund. Auf dieser Grundlage wendet er geeignete Maßnahmen an, um das Therapieziel zu erreichen.

Bei einem Schlaganfall kommen in der Regel folgende Heilmittel zur Anwendung:

- allgemeine Krankengymnastik oder
- Krankengymnastik auf neurophysiologischer Grundlage (KG-ZNS)

Als ergänzende Heilmittel sind möglich:

- Wärmetherapie oder
- Kältetherapie

## BEHANDLUNGSZIELE IN DER PHYSIOTHERAPIE

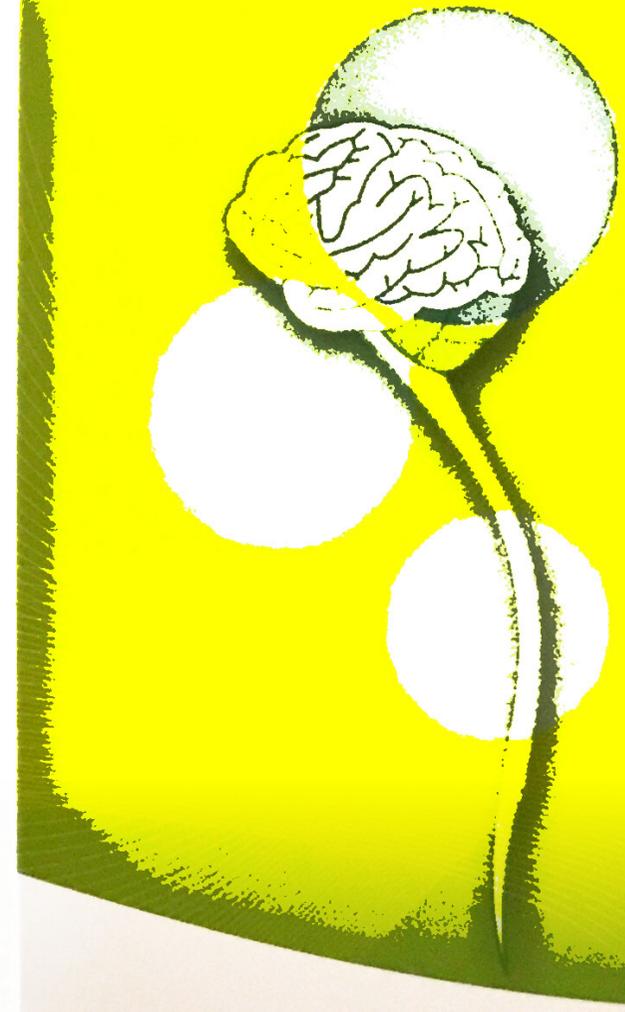
- Bei Bewegungsstörungen mit oder ohne Lähmungen:  
Förderung und Besserung der Motorik
- Bei spastischen Funktionsstörungen: Regulierung der  
Muskelspannung und Vermeidung von Versteifungen
- Förderung und Besserung der Koordination, des Gleich-  
gewichts sowie der grob- und feinmotorischen Bewegungen
- Förderung und Besserung von Ausdauer, Kraft und  
Belastbarkeit
- Üben und Automatisieren von Gebrauchsbewegungen sowie  
Sicherung der Mobilität zur leichteren Gestaltung des Alltags  
und zur Verbesserung der Lebensqualität

überreicht durch:

Herausgeber:

**PHYSIO DEUTSCHLAND**  
Deutscher Verband für  
Physiotherapie (ZVK) e.V.

Deutzer Freiheit 72-74 · 50679 Köln  
Telefon 02 21/98 10 27-0 · Fax 02 21/98 10 27-25  
E-Mail: [info@physio-deutschland.de](mailto:info@physio-deutschland.de) · [www.physio-deutschland.de](http://www.physio-deutschland.de)



**PHYSIOTHERAPIE  
NACH SCHLAGANFALL**

**PHYSIO DEUTSCHLAND**  
Deutscher Verband für  
Physiotherapie (ZVK) e.V.