

Aktuelles aus dem Rehabilitationssport

10.05.2019

Schlaganfall – Ursache für erworbene Behinderungen

Tag gegen den Schlaganfall: Sport bietet ideale Ergänzung zur Rehabilitation



Rehabilitationssport © Picture Alliance / DBS

Rund 88 Prozent der Behinderungen in Deutschland werden im Laufe des Lebens erworben. Zu einer der Hauptursachen zählt dabei der Schlaganfall, der jährlich rund 270.000 Menschen in Deutschland trifft. Die zahlreichen Rehabilitationssportangebote des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) stellen eine ideale Ergänzung zur medizinischen Rehabilitation des Schlaganfalls und einen Einstieg ins lebensbegleitende Sporttreiben dar.

Die Ursache für einen Schlaganfall ist häufig eine Durchblutungsstörung, wie ein Blutgerinnsel in gehirnversorgenden Gefäßen oder ein plötzlich reißendes Blutgefäß im Gehirn. Etwa 64 Prozent der Überlebenden eines Schlaganfalls sind auch ein Jahr nach dem Schlaganfall auf Pflege oder Therapie angewiesen. Die Folgen sind sehr unterschiedlich in ihrem Auftreten und der Ausprägung. Ein Großteil der Betroffenen weist körperliche Einschränkungen wie Lähmungen, Gleichgewichtsstörungen oder Sprachstörungen auf. Hinzu kommt eine drohende Vereinsamung durch die Erkrankung und auch die weniger offensichtlichen neuropsychologischen Störungen nach einem Schlaganfall schränken das alltägliche Handeln der Patientinnen und Patienten ein.

Im Sinne einer lückenlosen Rehabilitationskette, sollten schon die Klinikärzte/innen den Betroffenen im Rahmen des Entlassungsgesprächs weiterführende Maßnahmen empfehlen. Dabei ist je nach individueller Situation zu hinterfragen, ob eher physiotherapeutische, krankengymnastische oder sportpraktische Maßnahmen sinnvoll sind.

Sport ist ein etabliertes Mittel der Rehabilitation nach einem Schlaganfall. Insbesondere in der ambulanten Rehabilitationsphase ist er ein wichtiger Baustein zur Stabilisierung und Weiterentwicklung des Reha-Erfolgs.

„Durch seinen ganzheitlichen Ansatz ermöglicht der ärztlich verordnete Rehabilitationssport ein spielerisches Bewegungslernen. Darüber hinaus fördert das gemeinsame Üben in festen Gruppen den

Erfahrungsaustausch untereinander und damit den Selbsthilfecharakter des Rehabilitationssports“, erklärt Katrin Kunert, Vizepräsidentin für Breiten-, Präventions- und Rehabilitationssport des DBS.

Die Vereine der DBS-Landesverbände bieten über 100 Rehabilitationssportangebote speziell im Bereich Schlaganfall an. Darüber hinaus kann mit der Diagnose Schlaganfall an den knapp 2.000 Angeboten im Bereich Neurologie teilgenommen werden. Die Übungsleiterinnen und Übungsleiter stehen bei der Belastungsdosierung zudem als Ratgeber zur Seite.

Der ärztlich verordnete Rehabilitationssport ist eine gesetzliche Anspruchsleistung für Menschen mit oder mit drohender Behinderung sowie chronischer Erkrankung.

Allgemeine Informationen zum Rehabilitationssport finden Sie in unserem [„Wegweiser zum Rehabilitationssport“](#). Spezielle Informationen zum Schlaganfall finden sie im Einlegeflyer [„Rehabilitationssport nach Schlaganfall“](#).

Das Informationsblatt [„Verordnung von Rehabilitationssport“](#) ist ein Leitfaden für verordnendes ärztliches Personal.

Der DBS mit seinen 17 Landesverbänden und rund 6.300 Vereinen ist der größte Leistungserbringerverband für ärztlich verordneten Rehabilitationssport in Deutschland.

[Rehabilitationssportgruppen in Ihrer Nähe können Sie hier finden.](#)

document.write('

');