

## Empfehlung für Menschen mit erworbener Hirnschädigung:

Viel trinken, kontrolliert essen, ausreichend schlafen, kein Alkohol, möglichst nicht rauchen, flimmerfrei fernsehen, wenig Lärm/Hektik/Disput, regelmäßiger Tagesablauf, sinnvolle Routinen, Bei Fehlleistungen: Ersatzstrategien ausprobieren; aufpassen, dass sich keine Unarten einschleifen, größtmögliche Eigenständigkeit anstreben. Empfehlung für Angehörige und Unterstützer von Betroffenen: Aufpassen, dass sich keine Unarten einschleifen, größtmögliche Eigenständigkeit anstreben. Willensäußerungen nur nachgeben, wenn diese vernünftig und sinnvoll sind; nicht argumentieren, sondern die leichte Ablenkbarkeit ausnutzen! Vernunft und Einsicht sind oft mehr oder weniger stark gestört. Die Selbstbestimmung immer dann respektieren, wenn sie sich nicht kontraproduktiv auswirkt bzw. nicht zu einer Selbst- und/oder Fremdgefährdung führt!

Beachte: ·

Aus den Defiziten, die das Ereignis hinterlassen hat, ergeben sich Wahrnehmungs- und Verhaltensstörungen, die zu Persönlichkeitsveränderungen führen können. Die entstandenen Defizite verlangen tiefgehendes Verständnis und gezielte Einflussnahme auf Seiten von den indirekt Betroffenen, ihren Angehörigen und Unterstützer. Dennoch, können die Betroffenen trotz Rehabilitationsmaßnahmen häufig nicht wieder an ihren früheren Platz in Familie, Beruf, Gesellschaft und Freundeskreis zurückkehren. Der Therapieansatz hat somit ein langfristig und gesamtheitlich angelegter zu sein; in Deutschland ein für Menschen mit, erworbenen Hirnschäden' (MEH) nicht speziell geregelter Anspruch! So ist die ambulante Neuropsychologie, die einzige gezielte Therapie für Menschen mit erworbenem Hirnschaden mit ihren Möglichkeiten für genaue Diagnostiken erst seit 2011 eine Regelleistung des Systems. Ambulante Neuropsychologie wird nur genehmigt, wenn das Ereignis nicht länger als fünf Jahre zurückliegt. "Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden." Artikel 3 Grundgesetz

"Nicht behindert zu sein ist kein Verdienst, sondern ein Geschenk, das jedem von uns jederzeit genommen werden kann."

Richard von Weizsäcker

"Das Schönste wäre natürlich, gesund zu sein. Gesundheit ist das höchste Gut des Menschen. Nur vergessen das viele, weil man Gesundheit nicht spürt, wenn man sie hat." Hannelore Kohl

"Herr, gib mir den Mut und das Geschick, das zu ändern, was ich ändern kann. Gib mir die Gelassenheit gegenüber dem, was ich nicht ändern kann; und schenke mir die Weisheit, das eine vom anderen richtig zu unterscheiden."

"Stell Dir vor, Du kannst Dir plötzlich nichts mehr vorstellen; Du kannst nicht mehr planen und dann natürlich auch nicht mehr nach Plan handeln. Unvorstellbar, nicht wahr?"

So geht es aber den meisten Betroffenen, ohne dass sie sich darüber Rechenschaft ablegen und daraus Konsequenzen für sich ziehen können. ‚Erworbene Hirnschäden‘ - Die stille Epidemie! Seit fast einer Generation wächst die Zahl der jährlich Neubetroffenen ständig an und kommt zu den bereits in den davor liegenden Jahren behinderter, unterversorgter Menschen mit, Erworbenem Hirnschaden' hinzu.

In 2011 lag die Zahl der so Betroffenen bei ungefähr 800,000 plus geschätzte mindestens 2,2 Mio. Angehörige.

### **Dafür setzen wir uns ein:**

Der Leitgedanke der Selbsthilfegruppe Gehirn ist es, die Lebensqualität und die Selbstbestimmung der betroffenen Menschen mit ihren Angehörigen zu steigern.

Zielsetzung:

- So viel Normalität wie möglich,
- So viel Unterstützung wie erforderlich
- So wenig Aufwand wie möglich einzusetzen, um die dauerhafte Akzeptanz von Betroffenen und ihren Unterstützern zu erhalten.

Eine häufige ärztliche Beurteilung als „Simulant“, die Einschätzung als ein „lapidares Krankheitsbild“ oder die schnellfertige Diagnose „Depressionen“ ist die Folge der Schulmedizin durch Nichtintensives bemühen. Hier ist ein immenses Behandlungspotential, welches noch nicht abgedeckt ist, eine „Grauzone“ die es zu schließen gilt. So lange dies noch nicht der Fall ist, sollte es entsprechende Selbsthilfegruppen geben.

Bei den regelmäßigen Treffen wird die jährliche Zielsetzung festgelegt.

Neben dem Gedanken- und Erfahrungsaustausch, sowie der Bewältigung neu entstandener Situationen werden weitere künftige Aktivitäten geplant und vorbereitet:

- Gemeinschaftliche Aktivitäten, wie Gemeinsame Reisen, Besichtigungen sowie Treffen und Besuch von ausgewählten Vorträgen. Kooperationen mit Reha-Kliniken, Fachkliniken, Selbsthilfevereinen uva.