

DIE GESUNDHEITSECKE

Der Schlaganfall ist vermeidbar!



**Herr Dr. med.
Wilfried Seidelmann,
Wasserburger Str. 1,
85614 Kirchseeon
berichtet:**

Was sind die Symptome eines Schlaganfalles?

Die dritthäufigste Ursache den Hausarzt zu konsultieren ist

Schwindel. Dieses Symptom kann neben anderen Ursachen der Vorbote für einen Schlaganfall (Apoplex) sein. Dabei kommt es plötzlich zu Gefühlsstörungen oder Schwäche im Gesicht, an Armen und Beinen einer Körperhälfte mit Gangunsicherheit oder Sprachstörungen (verwaschene Artikulation, Wortfindungsstörungen). Auch Sehstörungen wie Doppelsehen, Gesichtsfeldausfälle mit flüchtiger Erblindung oder plötzlich einsetzende sehr heftige Kopfschmerzen sind möglich. Bei starker Ausprägung des Krankheitsbildes folgen Lähmungen und Bewusstseinstörungen wie Benommenheit, bis hin zum Bewusstseinsverlust.

Hat der Patient Glück, bilden sich Symptome innerhalb von Minuten bis Stunden zurück. so spricht man von einer transitorisch-ischämischen Attacke (TIA). Bleiben die Symptome über 24 Stunden bestehen, ist die Diagnose eines Schlaganfalls gegeben.

Was muß ich tun?

Zögern Sie nicht, rufen sie sofort einen Arzt bzw. Notarztwagen. Der Kranke soll bequem gelagert und von beengten Kleidungsstücken befreit werden.

Vermeiden Sie Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr, es besteht Erstickungsgefahr wegen möglicher Schluckstörungen. Bei Bewusstseinstörung sind nicht fest fixierte Zahnprothesen aus dem Mund zu entfernen.

Entscheidend für den weiteren Krankheitsverlauf ist die umgehende stationäre Klinikaufnahme, da einige Behandlungsverfahren nur innerhalb der ersten 4-6 Stunden nach Eintreten des Schlaganfalls sinnvoll sind, insbesondere das Auflösen von Blutgerinnseln. Die stationäre Aufnahme sollte nur in einer Klinik erfolgen, wo die sofortige Computertomographie des Gehirns möglich ist, um eine Hirnblutung von einem Hirninfarkt - d.h. fehlende Gehirnblutung durch einen Gefäßverschluss- zu unterscheiden.

Was sind die Ursachen für den Schlaganfall?

Die häufigste Ursache für den Schlaganfall ist mit ca. 80% der Hirninfarkt, durch einen arteriellen Gefäßverschluss. Ein Blutgerinnsel, angelagert an arteriosklerotischen Gefäßveränderungen z.B. der Halsschlagader oder am Herzen bei Vorhof-

fimmern (selten auch an kranken Herzklappen), reißt sich durch den Pulsschlag los, schießt in die Hirngefäße und verstopft dort ein, im Durchmesser immer kleiner werdendes Hirngefäß. Das dahinter liegende Gewebe kann nicht mehr mit Blut versorgt werden und stirbt ab. Dann kommt es zu den anfangs beschriebenen cerebralen Ausfällen. Um möglichst viel Gewebe zu retten, muss mit der sofortigen Auflösung des Blutgerinnsel und einer Wiederherstellung der Durchblutung begonnen werden.

Ca. 20% der Schlaganfälle werden durch eine Massenblutung im Gehirn verursacht, meist durch Reißen eines Gefäßes, durch zu hohen Blutdruck oder wegen einer arteriosklerotisch vorgeschädigten Gefäßwand, selten durch eine angeborene Gefäßmißbildung.

Das austretende Blut drückt das Gehirngewebe zusammen, da es aus der geschlossenen Hirnschale nicht entweichen kann. In der Regel ist hier die Bewusstseintrübung deutlicher. Ob Ischämie oder Blutung kann nur durch ein Computertomogramm unterschieden werden. Wichtig, da eine Lyse-Therapie wie bei einem verstopften Blutgefäß bei einer Gehirnblutung kontraindiziert ist.

Wie kann ich einen Schlaganfall meist mit der Folge eines Pflegefalles verhindern?

Zur Primärprävention des Schlaganfalles gehört ein "gesunder Lebensstil", mit mindestens 30 Minuten Ausdauersport dreimal pro Woche, Obst und gemüsereicher (mediterraner) Kost.

Risikofaktoren der Arteriosklerose: Bluthochdruck, Diabetes und Fettstoffwechselstörungen sollen regelmäßig kontrolliert und behandelt werden. Absolute Nikotinkarenz ist notwendig. Der Blutdruck sollte unter den Werten von 140 mmHg systolisch und 90 mmHg diastolisch liegen. Bei bestehendem Vorhofflimmern, insbesondere bei Patienten über 65 Jahre, sollte das Blut mit Marcumar verdünnt werden.

Ist eine koronare Herzerkrankung (KHK) bekannt, oder arteriosklerotische Plaques in den extrakraniellen Gefäßen oder ein Schlaganfall wird die Gabe von 75 - 150mg Acetylsalicylsäure pro Tag empfohlen.

Warum ist die Prävention hier so wichtig?

Der Patient droht zum Pflegefall zu werden mit einer massiven Einschränkung seiner Lebensqualität. Die Behandlung der Folgen erstreckt sich über viele Monate bzw. Jahre. Durch krankengymnastische Übungen ist eine wesentliche Besserung der Lähmungen, auch noch zwei Jahre nach dem Schlaganfall, zu erreichen.



Jedoch dem Schlaganfall vorbeugen, ist zweifellos die beste Therapie mit der regelmäßigen Kontrolle und Einstellung der Gefäßrisikofaktoren. Mit dem Rauchen muss unbedingt sofort aufgehört werden.

Ihr Dr. Wilfried Seidelmann

Besuchen Sie auch unsere neue Homepage,
hier finden Sie Informationen anderer
medizinischer Themen.

www.dr-seidelmann.de