

Was tun, wenn sich die Beschwerden von selbst wieder zurückbilden?

Die „Ausfälle“ können schon nach wenigen Minuten oder Stunden wieder verschwunden sein. Die Durchblutung war dann nur kurzzeitig unterbrochen. Eine solche kurzzeitige Beschwerdephase kann jedoch der Vorbote eines „echten“ Schlaganfalls mit dauerhafter Durchblutungsstörung im Gehirn sein. Dann bilden sich die Beschwerden ohne Behandlung **nicht** zurück. Es drohen dauerhafte Behinderung und Pflegebedürftigkeit. Deshalb ist bei den oben genannten Krankheitszeichen (auch wenn sie nur kurzzeitig bestehen) **sofortiges Handeln** notwendig! Je schneller die Ursache geklärt und behandelt wird, desto besser sind die Aussichten, bleibende Schäden zu verhindern.

Schlaganfall verhindern, geht das?

Ein Schlaganfall ist ein schwerwiegendes Ereignis, das dauerhafte Behinderung und Pflegebedürftigkeit nach sich ziehen kann.

Das Risiko für einen Schlaganfall kann sich erhöhen wenn

- ▶ Sie rauchen,
- ▶ Ihr Blutdruck zu hoch ist,
- ▶ hohe Cholesterinwerte im Blut gemessen werden,
- ▶ Sie zuckerkrank sind,
- ▶ Eltern oder Geschwister Schlaganfälle oder Herzinfarkte hatten.

Was können Sie selbst tun?

Prüfen Sie mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt, ob und welche **Risikofaktoren** bei Ihnen vorliegen. Nutzen Sie die Gelegenheit zur 2-jährlichen **Gesundheitsuntersuchung** in der Praxis.

Die hausärztliche Fachgesellschaft DEGAM hält weitere Informationen zur Vorbeugung von Herzinfarkt und Schlaganfall für Sie bereit. Fragen Sie Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt oder informieren Sie sich unter www.degam-patienteninfo.de

Autoren: Nik Koneczny, Jana Isfort (Universität Witten/Herdecke)
Redaktion: Stefan Hensler, Anne Barzel, Nik Koneczny

Diese Patienteninformation beruht auf einer Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin. Sie wurde überreicht durch:

DEGAM Leitlinie

Schlaganfall

Patienteninformation

Patienteninformation „Schlaganfall erkennen und vorbeugen“

Was dieses Faltblatt enthält: Bei welchen Anzeichen sollten Sie als Betroffene oder Angehörige an einen Schlaganfall denken? Und wie sollten Sie sich in einem solchen Fall verhalten? Außerdem informieren wir Sie: Wie entsteht ein Schlaganfall? Und wie kann man vorbeugen?

Was ist ein Schlaganfall?

Ein Schlaganfall ist der „schlagartige“ Ausfall bestimmter Fähigkeiten des Gehirns. Ursache ist die Unterbrechung der Blutzufuhr von bestimmten Gehirnregionen. Diese werden dann nicht mehr mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Das Gehirngewebe kann nach wenigen Stunden absterben.

Dafür gibt es verschiedene Ursachen:

- ▶ Ein Blutgefäß im Gehirn wird durch ein **Blutgerinnsel** verstopft. Solche Gerinnsel können bei bestimmten Herzrhythmusstörungen oder bei Menschen mit erkrankten oder künstlichen Herzklappen entstehen. Die Gerinnsel können über die Adern vom Herzen ins Gehirn gespült werden.
- ▶ Durch **Gefäßverkalkung** kann entweder ein Blutgefäß so stark verengt werden, dass nicht mehr genügend Blut hindurch fließt. Oder ein geschädigtes Gefäß kann einreißen und das Blut in das umliegende Gehirngewebe fließen.

Bei vorgeschädigten („verkalkten“) Blutgefäßen kann ein sehr hoher, aber auch ein sehr niedriger Blutdruck zu einer Durchblutungsstörung oder Blutung im Gehirn führen.

Wie macht sich ein Schlaganfall bemerkbar?

Ein Schlaganfall verursacht in der Regel **einseitige** Veränderungen. Die Beschwerden treten typischerweise **plötzlich (schlagartig)** auf.

Je nachdem, welche Gegend des Gehirns betroffen ist, bemerkt man ...

... **eine einseitige Lähmung von Arm oder Hand:** Arm oder Hand hängen schlaff herab. Die Gabel fällt aus der Hand. Der Händedruck wirkt kraftlos. Zusätzlich haben manche Betroffene das Gefühl, dass sich Hand oder Arm wie eingeschlafen, taub oder pelzig anfühlen;

und/oder

... **eine einseitige Lähmung von Bein oder Fuß:** Die Betroffenen stürzen oder können das Bein nicht mehr anheben. Sie stolpern, entwickeln einen einseitig schlurfenden Gang und sind plötzlich unsicher beim Gehen;

und/oder

... **eine einseitige Lähmung des Gesichts:** Eine Gesichtshälfte bleibt unbeweglich. Möglicherweise fallen nur ein „hängender Mundwinkel“ oder ungleichmäßige Gesichtszüge beim Sprechen auf. Manchmal kann das Auge auf der betroffenen Seite nicht zu gekniffen werden;

und/oder

... **Schwierigkeiten beim Sprechen:** Die Sprache klingt verwaschen, nuschelnd, unverständlich. Oder die Betroffenen suchen angestrengt nach den **richtigen Worten** und/oder verwenden ersatzweise falsche Begriffe. Auch **Schwierigkeiten beim Schlucken** können auftreten.

und/oder

... Schwierigkeiten beim Sehen: Plötzliches, oft nur kurzzeitiges, **einseitiges Erblinden, Doppelt- oder Verschwommen-Sehen.**

Auch ganz plötzlich einsetzende **Gleichgewichtstörungen** können auf einen Schlaganfall hindeuten. Manche Betroffene können sich von einem Moment zum anderen nicht mehr orientieren.

In seltenen Fällen kann der **Kopf** plötzlich und schlagartig schmerzen. Betroffene beschreiben diese **Kopfschmerzen** als „so stark wie sie sie es noch nie erlebt haben“.

Begleitende Beschwerden wie **Verwirrtheit, Schwindel** und **Übelkeit** können in seltenen Fällen zusätzlich auftreten. Als Einzelbeschwerde deuten sie in der Regel nicht auf einen Schlaganfall hin.

Was tun, wenn Beschwerden auftreten?

Bei Zeichen eines Schlaganfalls sollten Betroffene so schnell wie möglich ärztlich untersucht und behandelt werden. Rufen Sie über die **Telefonnummer 112** die Notärztin /den Notarzt.

Manchmal liegt eine Patientenverfügung vor. Vielleicht haben die Betroffenen z.B. aufgrund einer schweren, unheilbaren Erkrankung verfügt, dass sie keine Krankenhausbehandlung mehr wünschen. In diesem Fall sollten Sie die Hausärztin bzw. den Hausarzt informieren. Abends, nachts und am Wochenende erreichen Sie den ärztlichen Bereitschaftsdienst unter der **Telefonnummer 116117**.