

Schlaganfall

Jedes Jahr erleiden 270 000 Deutsche einen Schlaganfall. Doch noch immer wissen die wenigsten Menschen, wie sie sich verhalten sollen, und dass es sich bei einem Schlaganfall um einen sehr ernsthaften Notfall handelt – knapp 100 000 Betroffene sterben daran, die Hälfte der Überlebenden bleibt behindert.

Zum Tag gegen den Schlaganfall erklärt BILD, wie man einen Gehirnschlag richtig erkennt und wie man sich am besten verhält.

Was sind die wichtigsten Symptome?

Jede Gehirnfunktion, die plötzlich ausfällt, kann auf einen Schlaganfall hinweisen. Das sind die wichtigsten, klassischen Symptome:

- ▶ ein plötzlicher Kraftverlust, meist halbseitig.
- ▶ ein plötzlicher Gefühlsverlust, einhergehend mit Lähmungserscheinungen ebenfalls meist halbseitig.
- ▶ ein plötzlicher Sprachausfall, der Betroffene kann gar nicht mehr oder nur stockend reden. Mancher Betroffene mit Sprachausfall wirkt zunächst verwirrt.
- ▶ eine plötzliche Sehstörung – in der Regel ist das Gesichtsfeld stark eingeschränkt. Der Betroffene kann Menschen oder Gegenstände auf einer Seite nicht mehr wahrnehmen. Es kann sich aber auch um ein Doppelsehen handeln.
- ▶ ein plötzlicher Schwindel, verbunden mit einer Gangunsicherheit. Achtung: Wenn der Schwindel mit Übelkeit und Erbrechen einhergeht, kann auch eine Erkrankung des Innenohres vorliegen.
- ▶ In seltenen Fällen einer Hirnblutung kann auch ein sogenannter Donnerschlagkopfschmerz auftreten – er fühlt sich an wie eine Explosion im Kopf. Aber in der Regel verlaufen Schlaganfälle schmerzlos.

Achtung! Diese Symptome treten nicht alle gleichzeitig auf, es kann sein, dass nur ein Symptom zu bemerken ist.

Ganz wichtig: Jeder vierte Betroffene hat Vorboten eines schweren Schlaganfalls. Das heißt: Ein Symptom kann auch nur flüchtig auftreten, wieder verschwinden, z.B. man hat eine plötzliche Sehstörung für einige Sekunden, dann sieht man wieder normal. Bevor es zu einem großen Schlaganfall kommt, müssen auch diese Patienten umgehend ins Krankenhaus.

Was kann ich im Notfall tun, um einen Schlaganfall sicher zu erkennen?

Machen Sie den sogenannten FASTTest: FAST steht für Face (Gesicht), Arms (Arme), Speech (Sprache) und Time (Zeit). Dieser Test gehört zur Ausbildung des Rettungspersonals.

Und so geht's:

- ▶ **Face:** Bitten Sie die Person zu lächeln oder zu grinsen. Funktioniert das nur auf einer Seite richtig, dann deutet das auf eine Halbseitenlähmung hin.
 - ▶ **Arms:** Bitten Sie die Person, die Arme nach vorne zu strecken, dabei die Handflächen nach oben zu drehen und diese Position zehn Sekunden zu halten. Bei einer Lähmung können nicht beide Arme gehoben werden, sie sinken rasch wieder ab oder drehen sich nach innen.
 - ▶ **Speech:** Lassen Sie die Person einen Satz nachsprechen. Zum Beispiel: „Heute strahlt die Sonne hoch am Himmel.“ Ist sie dazu nicht in der Lage, klingt die Stimme verwaschen oder werden Worte oder Silben verschluckt, dann liegt eine Sprachstörung vor.
 - ▶ **Time:** Sofern einer der drei Kurztests verdächtig ausfällt, wählen Sie sofort die Notrufnummer 112, schildern Sie die Ausfälle und geben an, wann sie aufgetreten sind.
- Die Stiftung Deutsche SchlaganfallHilfe bietet dazu eine kostenlose App (für IOS und Android) an, auf der der FASTTest durchgeführt werden kann. Übrigens: Die 112 funktioniert europaweit in allen EUStaaten.**

Wie viel Zeit bleibt, um einen Schlaganfallpatienten zu retten?

Generell gilt: Je schneller Hilfe eintrifft, desto besser. Mit Beginn der Beschwerden sterben pro Minute zwei Millionen Nervenzellen im Gehirn. Das heißt: Je eher dem Betroffenen geholfen wird, desto weniger Behinderungen wird er später haben.

Wie kann ich die Zeit bis zum Eintreffen eines Notarztes überbrücken?

Der Patient sollte sich hinsetzen oder auf die Seite legen. Wichtig: Geben Sie ihm nichts zu trinken oder zu essen. Wegen Schluckstörungen könnte er ersticken.

Besser: Schreiben Sie Ihre Handynummer auf, um sie dem Rettungspersonal mitzugeben. Und geben Sie eine Liste mit den Medikamenten mit, die der Patient nimmt.

Wie wichtig ist eine Nachsorge?

Sehr wichtig! Aber leider wird sie oft vernachlässigt. Meist liegt das an der unzureichenden Information und Motivation des Betroffenen selbst, manchmal kommt auch mangelnde Zeit beim Hausarzt hinzu.

Zur Nachsorge gehören:

- ▶ Die richtige und pünktliche Einnahme von Medikamenten (z.B. Blutverdünner).
- ▶ Die richtige Blutdruckeinstellung.
- ▶ Überwachung der Zucker und Cholesterinwerte.
- ▶ mögliche regelmäßige Behandlungen wie Physio- oder Ergotherapie.

Übung 1. Wortschatz. Suchen Sie eine passende Definition für jeden der folgenden Begriffe: Nachsorge, Ergotherapie, Schluckstörungen, Lähmung, Vorbote, Notfall, Blutverdünner, grinsen, überbrücken, vernachlässigen.

- 1) Situation, in der dringend Hilfe benötigt wird -
- 2) Medikament zur Hemmung der Blutgerinnung -
- 3) ein vollständiger Funktionsausfall von Skelettmuskeln -
- 4) jemand, der durch sein Erscheinen etwas ankündigt; Vorläufer; erstes, frühes Anzeichen -
- 5) breit [mit einem höhnischen, schadenfrohen, boshaften o. ä. Ausdruck] lächeln -
- 6) Therapie mit dem Ziel, Menschen mit psychischen oder körperlichen Schädigungen (durch systematische aktive Bewegung des Körpers oder einzelner Glieder oder durch geistige Arbeit) ein möglichst eigenständiges und uneingeschränktes Handeln zu ermöglichen -
- 7) eine schwierige Situation, eine in ihrer Dauer absehbare schwierige Zeitspanne überstehen - .
- 8) für etwas nicht die notwendige, erforderliche Sorgfalt, Pflege aufbringen, unordentlich damit umgehen -
- 9) ärztliche Betreuung eines Patienten nach einer Krankheit, einer Operation -
- 10) schmerzfreie Störung beim Herunterschlucken von Nahrung und Flüssigkeit -

Übung 2. Bilder. Finden Sie ein passendes Bild für jeden der folgenden Begriffe: Notarzt, Nervenzelle, Gangunsicherheit, Hirnblutung, Rettungspersonal, Donnergkopfschlag, Krankenhaus, Sprachausfall, Medikamentenliste, Hausarzt.

- 1)



- 2)



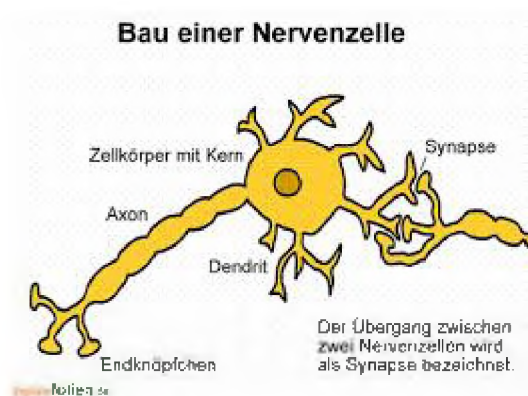
3)



4)



5)



6)



7)



8)



9)



10)



Übung 3. Fragen. Antworten Sie.

1) Wie viele Deutsche erleiden jedes Jahr einen Schlaganfall?

.....

2) Wann wird der Tag gegen den Schlaganfall gefeiert?

.....

3) Was sind die wichtigsten Symptome eines Schlaganfalls?

.....

4) Was kann man im Notfall tun, um einen Schlaganfall sicher zu erkennen?

.....

5) Was versteht man unter dem Begriff FASTTest?

.....

6) Was bietet die Stiftung Deutsche SchlaganfallHilfe?

.....

7) Wie viel Zeit bleibt, um einen Schlaganfallpatienten zu retten?

.....

8) Wie kann man die Zeit bis zum Eintreffen eines Notarztes überbrücken?

.....

9) Wie wichtig ist eine Nachsorge?

.....

10) Was gehört zur Nachsorge?

.....

Übung 4. Richtig oder falsch? Entscheiden Sie.

- 1) Viele Menschen, wie sie sich bei einem Schlaganfall verhalten sollen.
- 2) Die Hälfte der Überlebenden bleibt behindert.
- 3) In der Regel verlaufen Schlaganfälle schmerzlos.
- 4) Alle Symptome treten gleichzeitig auf.
- 5) Jeder Betroffene hat Vorboten eines schweren Schlaganfalls.
- 6) Der FASTTest gehört zur Ausbildung des Rettungspersonals.
- 7) Mit Beginn der Beschwerden sterben pro Minute zwei Millionen Nervenzellen im Gehirn.
- 8) Wichtig ist, dass man dem Patienten etwas zu trinken gibt.
- 9) Nachsorge wird oft vernachlässigt.
- 10) Zur Nachsorge gehören u.a. regelmäßige Behandlungen wie Physio- oder Ergotherapie.

Übung 5. Wie geht der Satz weiter? Kombinieren Sie richtig.

- 1) Zum Tag gegen den Schlaganfall erklärt BILD, ...
 - 2) Der Betroffene kann Menschen oder Gegenstände ...
 - 3) Diese Symptome treten nicht alle gleichzeitig auf, ...
 - 4) Bei einer Lähmung können nicht beide Arme gehoben werden, ...
 - 5) Klingt die Stimme verwaschen oder werden Worte oder Silben verschluckt, ...
 - 6) Sofern einer der drei Kurztests verdächtig ausfällt, ...
 - 7) Je schneller Hilfe eintrifft, ...
 - 8) Je eher dem Betroffenen geholfen wird, ...
 - 9) Der Patient sollte sich hinsetzen ...
 - 10) geben Sie eine Liste mit den Medikamenten mit, ...
-
- a) ... wählen Sie sofort die Notrufnummer 112.
 - b) ... wie man einen Gehirnschlag richtig erkennt und wie man sich am besten verhält.
 - c) ... oder auf die Seite legen.
 - d) ... auf einer Seite nicht mehr wahrnehmen.
 - e) ... desto besser.
 - f) ... es kann sein, dass nur ein Symptom zu bemerken ist.
 - g) ... desto weniger Behinderungen wird er später haben.
 - h) ... sie sinken rasch wieder ab oder drehen sich nach innen.
 - i) ... dann liegt eine Sprachstörung vor.
 - j) ... die der Patient nimmt.

Übung 5. Hätten Sie gewusst, dass die Redewendung „jemanden trifft der Schlag“ auf einen Schlaganfall zurückzuführen ist? Die Erklärung finden Sie hier: https://www.redensarten-index.de/suche.php?suchbegriff=~jemanden%20trifft%20der%20Schlag&bool=relevanz&suchspalte%5B%5D=rart_ou

Ćwiczenia na licencji Creative Commons



mgr Magdalena Małecka