

Schlaganfall

... oder auch: Hirnschlag, Hirninfarkt, Apoplexie, Hirninsult, Hemiplegie

Wie kann das passieren?

Ein Schlaganfall kann jeden treffen, unabhängig von Alter und Geschlecht. In Deutschland ist der Schlaganfall nach dem Herzinfarkt und bösartigen Tumoren die dritthäufigste Todesursache.

Stress, Bewegungsmangel, Rauchen und Alkohol stehen weit oben auf der Risikoliste für Schlaganfall. Auch falsche Ernährung, Übergewicht und Diabetes (Zuckerkrankheit) begünstigen Vorgänge im Körper, die zum Schlaganfall führen können.

Durch Ablagerung von Fetten und Kalk können sich die Blutgefäße verengen. Sie werden unelastisch und können sogar verstopfen. Es entsteht dann eine so genannte Arterienverkalkung (Arteriosklerose). Auch Bluthochdruck ist ein Risiko fürs Gehirn. Er hat eine dauernde übermäßige Belastung der Blutgefäße zur Folge, der sie auf Dauer nicht gewachsen sind.

Was geschieht im Körper?

Beim Schlaganfall unterscheidet man zwei Gruppen: Den Hirninfarkt und die Hirnblutung – in beiden Fällen stirbt Gewebe im Gehirn ab.

Die häufigste Form des Schlaganfalls ist eine akute Durchblutungsstörung des Gehirns. Ablagerungen oder Blutgerinnsel verstopfen Blutgefäße, die das Gehirn versorgen – es entsteht ein so genannter Hirninfarkt.

Seltener löst eine akute Hirnblutung den

Schlaganfall aus. Hierbei platzen oder reißen Gefäße im Gehirn und es kommt zu Blutungen in das empfindliche Hirngewebe.

Wie fühlt sich das an?

Manche Menschen merken zunächst kaum, dass sie einen Schlaganfall hatten. Andere haben sehr plötzlich unterschiedliche Wahrnehmungsstörungen, die sie stark verunsichern und ängstigen. Zum Beispiel Sehstörungen: Sie nehmen dann alles doppelt wahr oder sehen verschwommen, wie durch einen Vorhang. Oder Schwindel: alles scheint zu schwanke oder sich im Kreis zu drehen und Sie fühlen sich unsicher.

Eine plötzliche Kraftlosigkeit von Arm oder Bein kann sich rasch zu einer Lähmung steigern. Es kann auch sein, dass sich eine Ihrer Körper- oder Gesichtshälften seltsam taub anfühlt.

Auch Probleme beim Sprechen können Anzeichen für einen Schlaganfall sein. Die Sätze hören sich dann verwaschen an und Ihre Angehörigen können Sie kaum verstehen. Dazu kann Übelkeit oder Erbrechen kommen.

Manche Menschen mit Schlaganfall sind verwirrt. Sie wissen plötzlich nicht mehr, wo Sie sind, welcher Tag heute ist oder wie sie heißen.

Was können Sie selbst tun?

Jede Minute zählt! Wählen Sie sofort 112 oder die Nummer des Notarztes.

Wie geht es weiter?

Im Krankenhaus werden verschiedene Untersuchungen durchgeführt, um rasch über die passende Therapie entscheiden zu können. Das können Medikamente sein – manchmal kann eine Operation lebensrettend wirken.

Je nach Schwere und Ausmaß des Schlaganfalls erfolgt die Nachbehandlung entweder in einer stationären oder ambulanten Rehabilitationseinrichtung.

Dort lernen Sie verlorene Fähigkeiten wieder neu, um Ihren Alltag möglichst selbstständig bewältigen zu können. Dies geschieht optimalerweise mit einem Team von speziell ausgebildeten Physiotherapeuten, Logopäden, Ergotherapeuten und Neuropsychologen.

Im besten Fall wird Ihnen ein 24-Stunden-Programm angeboten, in das auch Ihre Angehörigen einbezogen sind.

Wann geht's wieder besser?

Wann es Ihnen wieder besser geht, hängt vom Schweregrad des Schlaganfalls ab. Die meisten Fortschritte sind erfahrungsgemäß im ersten Jahr zu verzeichnen. Danach geht es oft langsamer voran. Klar ist: Sie und Ihre Angehörigen brauchen jetzt Zeit und Geduld. Denn auch nach Jahren sind noch Fortschritte möglich!

Ingrid Hansen
Physiotherapeutin