

Lächeln, Sprechen, Arme hoch: Schlaganfall schnell erkennen und rasch handeln

Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft (DSG): Kampf gegen den Schlaganfall – Aufklärung der Bevölkerung ist Schlüsselement

Schlaganfälle sind die zweithäufigste Todesursache weltweit und eine der häufigsten Ursachen für Behinderungen im Erwachsenenalter. Aufgrund der immer besseren Versorgung sinkt die Sterblichkeit von Schlaganfallpatienten in Deutschland zwar, und auch das Pro-Kopf-Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden, nimmt ab. Dennoch rechnen Experten angesichts der immer älter werdenden Bevölkerung mit steigenden absoluten Erkrankungszahlen. Anlässlich des Weltschlaganfalltags am 29. Oktober erinnert die Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft (DSG) daran, dass es meist medizinische Laien sind, die Zeugen eines Schlaganfalls werden.

Meist ist ein Blutgerinnsel schuld: Bei 85 Prozent der Schlaganfälle wird eine Gehirnarterie durch einen Blutpfropf blockiert, dahinterliegende Gehirnbereiche werden von der Durchblutung abgeschnitten und so geschädigt. Deutlich seltener geht der Insult, wie er medizinisch genannt wird, auf das Reißen eines Blutgefäßes im Gehirn zurück. „Was auch immer die Ursache ist – ein Schlaganfall ist immer ein medizinischer Notfall“, sagt Prof. Dr. med. Wolf-Rüdiger Schäbitz, Pressesprecher der DSG und Chefarzt an der Klinik für Neurologie am Evangelischen Krankenhaus Bielefeld-Bethel. Denn mit jeder Minute, die bis zum Einsetzen der Therapie vergeht, steigt das Risiko für bleibende Schäden. Noch immer tragen bis zu 40 Prozent der überlebenden Schlaganfall-Patienten dauerhafte Einschränkungen davon. Das Bewusstsein für „Time is Brain“ ist in der Bevölkerung mittlerweile weit verbreitet. Dennoch sind viele Menschen unsicher, wie sie einen Schlaganfall erkennen können. „Als schnelle und laientaugliche Entscheidungshilfe hat sich der sogenannte FAST-Test bewährt, der die häufigsten Schlaganfallsymptome abfragt“, sagt Schäbitz. FAST steht dabei für Face, Arm, Speech und Time: Zunächst wird der Betroffene um ein Lächeln gebeten (Face). Verzieht sich dabei das Gesicht einseitig,

deutet das auf eine Gesichtslähmung hin. Im zweiten Schritt soll die Person die Arme nach vorne strecken und dabei die Handflächen nach oben drehen. Bei einer – meist einseitigen – Lähmung kann ein Arm die Hebung und/oder Drehung nicht mitvollziehen. Schließlich wird der Betroffene noch gebeten, einen einfachen Satz nachzusprechen (Speech). Gelingt dies nicht oder nur sehr undeutlich, ist das ebenfalls als Warnsignal zu werten. „Ist einer der drei Tests auffällig, muss sofort die 112 gewählt werden“, sagt Schäbitz – das vierte Stichwort „Time“ soll daran erinnern, dass dann jede Minute zählt.

Mittlerweile ist der FAST-Test fester Bestandteil der Rettungssanitäterausbildung. Um ihn auch unter Laien bekannter zu machen, wurde unter Schirmherrschaft der DSG ein Video erstellt, das den Test anschaulich bebildert und vor allem junge Leute ansprechen soll. Das Video ist unter <https://www.youtube.com/watch?v=SmZZLGnbWxc> einsehbar.

Schlaganfall-ähnliche neurologische Symptome wie Bewusstseinsstörungen, Lähmungen und starke Kopfschmerzen können auch bei Patienten mit schwerer Migräne oder Epilepsie auftreten. „In diesen Fällen spricht man von Schlaganfall-Mimics“, erläutert Schäbitz. Auch hier müsse in jedem Fall schnell reagiert und sofort das Rettungssystem aktiviert werden – denn ob es sich nicht doch um einen Schlaganfall handelt, wird am besten in der nächsten Stroke-Unit geklärt. Diese auf die Diagnose und Akuttherapie des Schlaganfalls spezialisierten Stationen zu etablieren, ist seit Gründung der DSG vor 18 Jahren ein Hauptziel der Gesellschaft. Heute gibt es sie in Deutschland fast flächendeckend. „Wir haben die Abläufe in der Klinik vom Eintreffen bis zum Therapiebeginn weitgehend optimiert“, sagt Schäbitz. Auch die Zeit bis zum Eintreffen in der Stroke-Unit, die sogenannte präklinische Prozesskette, gelte es, noch weiter zu verbessern und immer wieder aktiv daran zu arbeiten. „Hier liegt tatsächlich der größte Spielraum für die erfolgreiche Behandlung. Und bei diesem sind wir auch auf die Mithilfe und die Aufmerksamkeit jedes Einzelnen angewiesen.“ Die Bemühungen zur Aufklärung der Bevölkerung dürften daher auf keinen Fall nachlassen.

Zahlen und Fakten zum Schlaganfall:

- ▶ Jedes Jahr erleiden rund 260 000 Menschen in Deutschland einen Schlaganfall.
- ▶ Bis zu 40 Prozent der Überlebenden tragen bleibende Beeinträchtigungen davon.
- ▶ Obwohl Schlaganfälle in jedem Alter auftreten können, ist der typische Schlaganfallpatient eher älter: Bei unter-55-jährigen liegt das jährliche Erkrankungsrisiko unter ein Prozent, danach steigt es deutlich bis auf rund sechs Prozent bei den über-75-Jährigen an.
- ▶ 85 Prozent der Schlaganfälle gehen auf den Verschluss eines Blutgefäßes im Gehirn zurück (ischämischer Insult).
- ▶ Bei fast allen übrigen Fällen ist eine Blutung im Gehirn der Auslöser (hämorrhagischer Insult).
- ▶ Als sehr seltene Ursachen kommen auch eine Vaskulitis, Dissektionen, Stoffwechselerkrankungen oder Migräne infrage.

Quelle: [Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft](#)

Informationen für Patienten und Laien: www.schlaganfall-hilfe.de



Kinder mit Schlaganfall: www.schlaganfall-hilfe.de/de/fuer-betroffene/kinder-mit-schlaganfall-hilfe



Risikotest: www.schlaganfall-hilfe.de/de/verste-hen-vermeiden/risiken-erkennen-und-vermeiden/schlaganfall-risiken-online-risiko-test



Früherkennungstest für Verwandte

Nahe Angehörige von Menschen mit Typ-1-Diabetes haben selbst ein deutlich erhöhtes Risiko, an der Stoffwechselstörung zu erkranken. Das Institut für Diabetesforschung am Helmholtz Zentrum München bietet nun deutschlandweit eine kostenlose Untersuchung auf das Frühstadium der Erkrankung an – den Typ-1-Diabetes-Früherkennungstest für Verwandte.

Die meisten Menschen, die an Typ-1-Diabetes erkranken, entwickeln das Frühstadium bereits im Kindesalter. Der neue, einfache und kostenlose Bluttest kann schnell Sicherheit bringen, ob bereits ein Frühstadium vorliegt.

Werden beim Früherkennungstest keine Auffälligkeiten festgestellt, ist die Wahrscheinlichkeit sehr gering, dass zu einem späteren Zeitpunkt noch Typ-1-Diabetes auftritt. Sollte bei der Untersuchung hingegen ein Frühstadium des Typ-1-Diabetes festgestellt werden, kann von Anfang an eine optimale Betreuung und Behandlung stattfinden. So können lebensbedrohliche Stoffwechsellentgleisungen verhindert werden. Je nach Altersgruppe haben

Umfassende Informationen zum Studienprogramm finden Sie unter: www.aworldwithout1.de



Informationsflyer: www.typ1diabetes-frueherkennung.de/file-admin/FRIEDA/PDF/Verwandte/Infolyer-Typ1-Diabetes-Fruherkennungstest-fuer-Verwandte.pdf



Betroffene außerdem die Möglichkeit, an innovativen Studien zur Behandlung teilzunehmen. Diese sollen das Fortschreiten der Krankheit verzögern oder bestenfalls sogar verhindern.

Am Typ-1-Diabetes Früherkennungstest für Verwandte können Personen teilnehmen, die die folgenden Voraussetzungen erfüllen:

- ▶ Alter zwischen einem und 21 Jahren
- ▶ Wohnhaft in Deutschland
- ▶ Ein Elternteil, Kind, (Halb-)Schwester, (Halb-)Bruder, Tante, Onkel, Cousin, Cousine, Nichte oder Neffe hat Typ-1-Diabetes.
- ▶ Bei der Person selbst wurde bislang kein Typ-1-Diabetes diagnostiziert.

Quelle: [Helmholtz Zentrum München](http://Helmholtz-Zentrum-Muenchen)

Herbstzeit-Grippezeit

Eine Grippeerkrankung kann den Körper stark belasten, unter anderem durch hohes Fieber oder eine Lungenentzündung. Menschen mit Grunderkrankungen (z. B. chronischen Erkrankungen der Atemwege, Herz- oder Kreislauferkrankungen, Diabetes oder andere Stoffwechselerkrankungen) haben ein erhöhtes Risiko, schwer oder lebensbedrohlich an einer Grippe zu erkranken.

www.impfen-info.de/file-admin/impfen-info.de/Downloads/Fragen-und-Antworten-zur-Grippereimpfung-2019.pdf



Presseschau

Die Originalartikel erreichen Sie über Klick auf die Internetseiten oder via QR-Code-Scan mit Ihrem Smartphone oder Tablet.

Impfung gegen Gürtelrose bei Diabetes wichtig: www.diabetes-news.de



Schlaf-Professor erklärt, wie Sie perfekt schlafen – und sich so heilen: www.focus.de



Gefäß-Professor: Mit dem E-Punkte-System haben Sie mit 60 Jahren Zellen wie mit 30: www.focus.de



EASD 2019: Drei Neuigkeiten aus der Diabeteswelt: www.diabetes-news.de



Blutzuckermessgerät Test: Die besten Modelle im Experten-Check: www.chip.de



Nutri-Score motiviert Lebensmittelhersteller zu gesünderen Produkten: www.aerzteblatt.de



Veranstaltungen:

www.diabetikerbund-sachsen.de/veranstaltungen-und-termine



Newsletteranmeldung:

www.diabetes-netzwerk-sachsen.de/nla



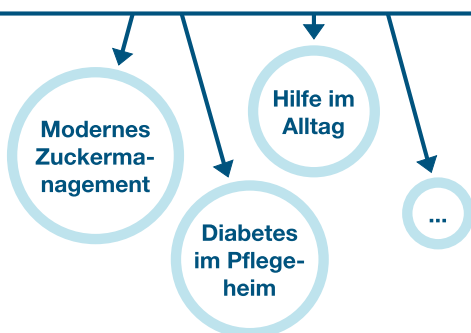
Unser Newsletter wird unterstützt von der AOK Plus Sachsen. Dankeschön!



Veranstaltung zum Weltdiabetestag

14. November 2019, 12.00 – 16.00 Uhr, Eintritt frei
Besucherrestaurant Möbelhaus Biller, Rosa-Luxemburg-Platz 7, Plauen

„Diabetes im Alter“



Deutscher Diabetiker Bund
Landesverband Sachsen e. V.

Vortragsprogramm unter
diabetikerbund-sachsen.de

