

In Luxemburg

Täglich vier Fälle von Hirnschlag

Sofort 112

Bei Verdacht auf einen Schlaganfall sollte sofort der Notruf 112 gewählt werden. Auch bei leichten oder vorübergehenden Symptomen sollten Verzögerungen unbedingt vermieden werden. Dafür ist es notwendig, dass jeder Mensch die typischen Beschwerden (Symptome) eines Schlaganfalls kennt.

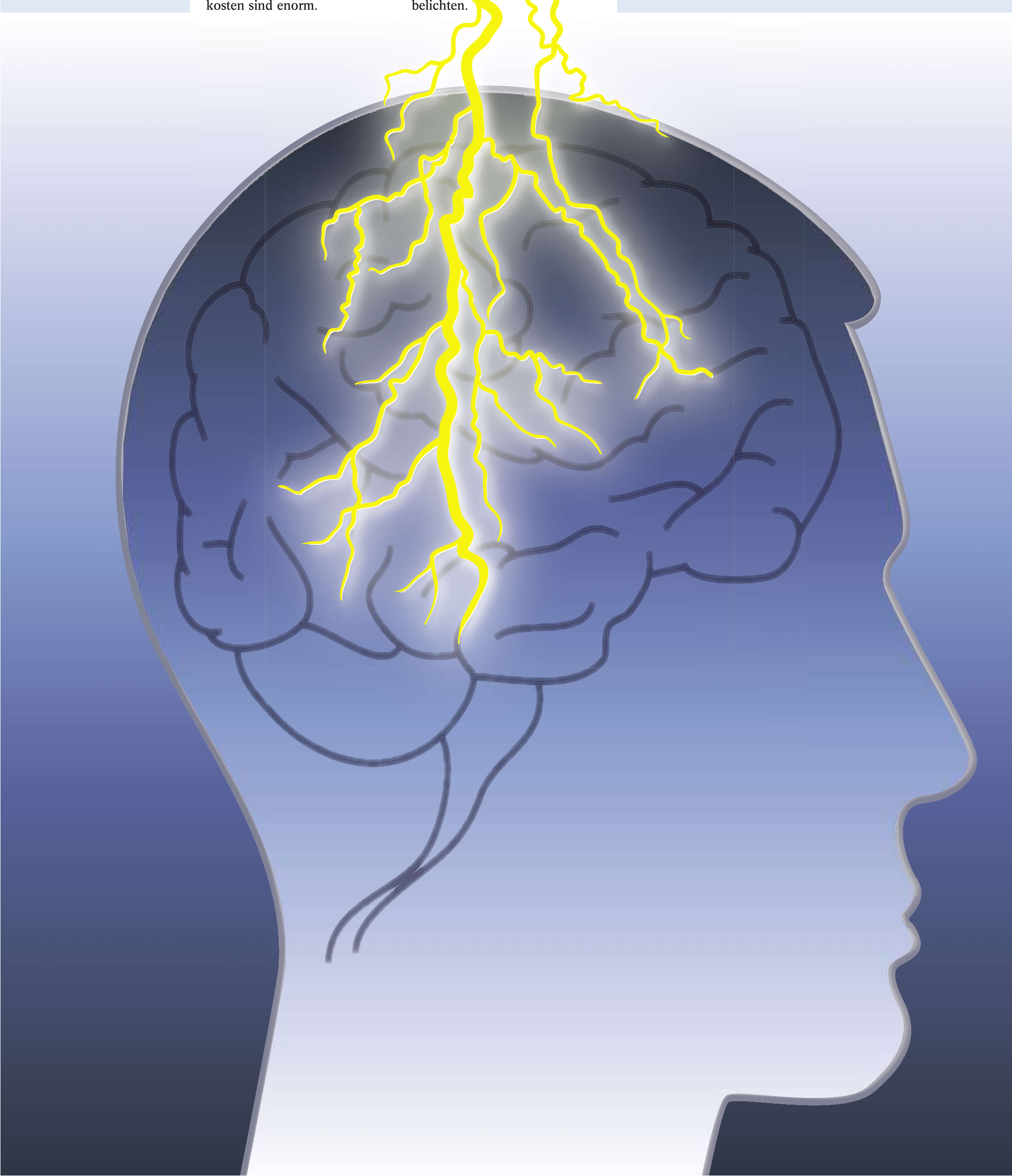
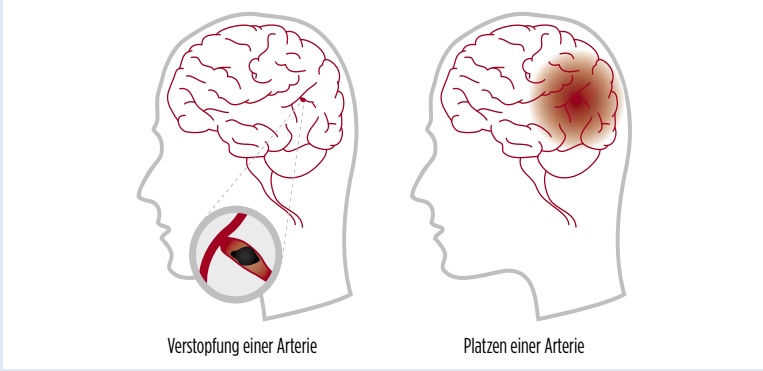
In Luxemburg werden pro Tag vier Fälle von Schlaganfall gezählt. Der Schlaganfall ist nach dem Herzinfarkt und den Krebserkrankungen die dritthäufigste Todesursache. Viele der Betroffenen tragen Behinderungen davon, womit der Schlaganfall die häufigste Ursache für bleibende Invalidität im Erwachsenenalter ist. Lediglich ein Drittel der Betroffenen schafft die volle berufliche und soziale Reintegration. Die entstehenden Gesundheitskosten sind enorm.

Hinter diesen Zahlen stecken Einzelschicksale, deren individueller Verlauf therapeutisch günstig beeinflusst werden kann. Daher ist neben einer gesunden Lebensweise und einer konsequenten Therapie der Risikofaktoren wie beispielsweise dem Bluthochdruck, Diabetes oder dem Vorhofflimmern ein schnelles Erkennen der Schlaganfall-Warnzeichen unerlässlich. Wir wollen auf diesen Seiten das Thema Hirnschlag in all seinen Facetten beleuchten.

Was ist ein Schlaganfall?

Der Schlaganfall ist die Folge einer plötzlichen regionalen Durchblutungsstörung des Gehirns. Dadurch kommt es zu einer Sauerstoffunterversorgung in dem betroffenen Gebiet und in der Folge zu einem Untergang an Nervenzellen (Neurone). Pro Minute werden

durchschnittlich etwa 1,9 Millionen Nervenzellen und 14 Milliarden Nervenzellverbindungen (Synapsen) zerstört. Diese Zahl macht deutlich, dass ein schnelles Handeln notwendig ist, um die Schäden eines Schlaganfalls möglichst gering zu halten.



Wer ist am ehesten betroffen?

Risikofaktoren

Ein hoher **Blutdruck** (über 140/90 mmHg) gilt als Hauptauslöser für einen Schlaganfall und sollte unbedingt behandelt werden. Da er keine Schmerzen verursacht, wird er häufig erst spät erkannt. Hoher Blutdruck kann so über einen langen Zeitraum die Blutgefäße belasten und schädigen.

Das Vorhofflimmern ist die häufigste Form der **Herzrhythmusstörungen** und durch einen unregelmäßigen Herzschlag gekennzeichnet. Das unregelmäßige Schlagen des Herzens erhöht die Gefahr der Blutklümpchenbildung. Löst sich ein Blutklümpchen, kann es mit dem Blutstrom ins Gehirn gespült werden und dort ein gehirnversorgendes Blutgefäß verstopfen (Embolie).

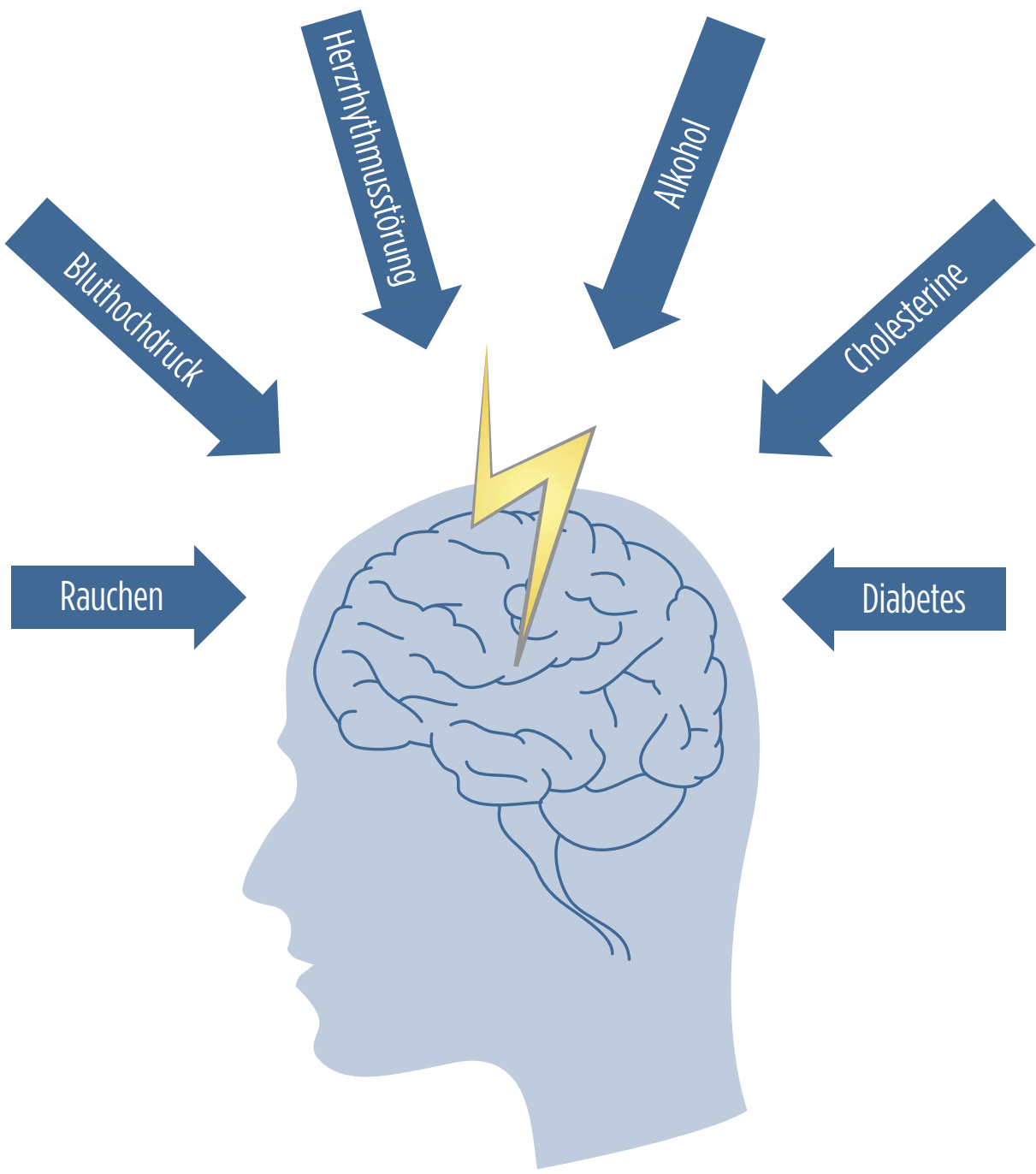
Rauchen in jeglicher Form erhöht deutlich das Schlaganfallrisiko. Schon eine Zigarette täglich lässt das Risiko ansteigen. Tabakrauch führt zu einer Verschlechterung der Gehirndurchblutung, zu Bluthochdruck und einer erhöhten Herzfrequenz. Zudem schädigt es die Wände der Blutgefäße stark und erhöht somit das Schlaganfallrisiko um mehr als das Doppelte. Es steigt weiter an, wenn zusätzliche Risikofaktoren hinzukommen (z. B. Bluthochdruck; Antibabypille bei Frauen).

Ein hoher und andauernder **Alkoholkonsum** schädigt die Leber und erhöht den Blutdruck. Darü-

ber hinaus verursacht er Entzündungen in den Gefäßen und im ganzen Körper (z. B. in der Bauchspeicheldrüse oder in der Leber). Besonders im Zusammenspiel mit bestimmten Medikamenten kann Alkohol gefährliche Nebenwirkungen auslösen oder deren Wirksamkeit herabsetzen. Dauerhafter Alkoholkonsum erhöht das Risiko für Gehirnblutungen.

Cholesterine sind fettähnliche Stoffe, die entweder mit der Nahrung aufgenommen oder vom Körper gebildet werden. In hoher Konzentration hat besonders eine Form des Cholesterins, das sogenannte LDL, die Eigenschaft, sich an den Gefäßwänden abzusetzen. Dieses Cholesterin schädigt die Gefäße und begünstigt die Verkalkung der Arterien (Arteriosklerose).

Da **Diabetes** keine Schmerzen verursacht, bleibt er oft unerkannt und unbehandelt. Mit einem Diabetes steigt auch das Schlaganfallrisiko. Daher ist es wichtig, den Blutzuckerspiegel zu kontrollieren. Nur wenn der Blutzuckerspiegel gut eingestellt ist, kann vermieden werden, dass zu viel Zucker im Blut die Gefäße stark schädigt und Kalkablagerungen (Arteriosklerose) begünstigt. Menschen mit Diabetes bekommen zwei- bis dreimal häufiger einen Schlaganfall als Gesunde und sollten die Behandlung konsequent durchführen.



Stroke Units in Luxemburg

Der Begriff „Stroke Unit“ beschreibt in erster Linie Stationen, die auf die Behandlung von Schlaganfallpatienten spezialisiert sind, wobei gleich zu Anfang betont werden muss, dass das Konzept hinter den Stroke Units in den verschiedenen Kliniken derzeit nicht einheitlich ist. In Luxemburg gibt es Stroke Units im „Centre hospitalier du Nord“, im „Centre hospitalier de Luxembourg“ und im „Centre hospitalier Emile Mayrisch“ in Esch.



Auch in der Nacht

Etwa 20 Prozent der Schlaganfälle treten in der Nacht auf und machen sich erst nach dem Aufwachen bemerkbar. Auch dann ist ein schnelles Handeln erforderlich. Denn in jedem Fall gilt es, die Verschlechterung der Beschwerden, das Auftreten von Komplikationen sowie erneute Schlaganfälle effektiv zu verhindern.

Dies geschieht am besten auf spezialisierten Schlaganfallstationen, den sogenannten Stroke Units (siehe obenstehenden Artikel).

Prävention

Körperliche Aktivität hat ihren Nutzen keinesfalls nur in der Vorbeugung von Krankheiten. Bewegung kann Prozesse im Körper in Gang setzen, die zur allgemeinen Gesundheit beitragen.

Sie kräftigt den Körper, beugt Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden vor, senkt den Blutdruck, den Cholesterinspiegel und das Diabetesrisiko, hebt die Stimmung und trainiert die Gefäße. Regelmäßige Bewegung verringert das Risiko von Schlaganfall, Übergewicht und Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Diabetes Typ II und Osteoporose.



Vereinigung

In dieser Woche wurde die Vereinigung „Blätz asbl.“ offiziell vorgestellt. Es ist eine luxemburgische Vereinigung für Betroffene einer Hirnverletzung. Adresse: 68, rue du Château, L-3217 Bettemburg, Tel.: 621 88 00 88, info@bletz.lu, www.bletz.lu

Weitere Infos

www.sante.lu
www.schlaganfall.de
www.avc.fr