

70 Prozent der Schlaganfälle sind vermeidbar

CHANTAL KELLER
Präsidentin
„Blätz“ asbl

Heute ist Welt-Schlaganfall-Tag (World Stroke Day), der 2006 von der „Weltschlaganfall-Organisation“ initiiert wurde. Jedes Jahr am 29. Oktober soll der Öffentlichkeit das Thema bewusst gemacht werden und zur aktiven Prävention von Schlaganfällen aufgegriffen werden. So auch in Luxemburg, wo seit 2013 die Vereinigung „Blätz“ asbl zur Prävention und zur Unterstützung von Menschen aktiv ist, die einen Schlaganfall erlitten haben. Und das sind nicht wenige, denn Neurologen geben an, dass in Luxemburg jeden Tag fünf Personen einen mehr oder weniger schweren Schlaganfall erleiden. Er ist die dritthäufigste Ursache für eine Behinderung.

„Als ich 2007 einen Schlaganfall erlitten habe, wurde mir bewusst, dass in Luxemburg bei den Fragen ‚Wie kann ich einen Schlaganfall vermeiden? Wie kann ich einen Schlaganfall erkennen? Wie soll ich reagieren?‘ nicht genug gemacht wird. Information, Prävention und Forschung sind die drei Bereiche, in denen ‚Blätz‘ nun aktiv ist. Den Namen haben wir gewählt, weil ein Schlag wie ein Blitz in das Leben von Betroffenen und ihren Familien und Freunden einschlägt und es von Grund auf verändert. Dabei könnten 70 Prozent der Schlaganfälle durch richtiges Essen, niedrigen Bluthochdruck sowie niedrige Cholesterin-

und Zuckerwert und einen entsprechenden Lebensstil verhindert werden und bei der richtigen und schnellen Hilfe im Falle eines Schlaganfalls Folgeschäden gemildert werden.

Es geht uns um Information und Selbsthilfe: Betroffenen soll die Möglichkeit des Austauschs gegeben werden, sie sollen aber auch nicht zuletzt durch die monatlichen Konferenzen mit Fachleuten der Medizin, der Ergotherapie, der Orthophonie, der Psychologie Informationen und Beratung erhalten. Auf unserer Internetseite erhält jeder zudem wichtige Informationen und kann auch ein individuelles Gespräch vereinbaren. In Sachen Aufklärung und Prävention ist ‚Blätz‘ auch in den Krankenpflegerschulen unterwegs, um zu erklären, wie sich das Personal gegenüber den Patienten und Familien verhalten soll. Denn Schlaganfälle müssen beizeiten erkannt und es müssen direkt die richtigen Maßnahmen ergriffen werden – es darf auf keinen Fall noch lange gewartet werden. Buchstäblich jede Sekunde zählt. Es ist ein schreckliches Gefühl, wenn man gefangen in seinem Kopf ist, alles rund um einen mitbekommt, aber sich nicht ausdrücken kann. Das Gehirn ist im Falle eines Schlaganfalls überfordert mit der Umwelt und beispielsweise stark geräuschempfindlich. Das muss man im Umgang mit Schlagpatienten wissen und darauf muss man Rücksicht nehmen.

Wenn man weiß, was es heißt, einen Schlaganfall erlitten zu haben, hat man ein großes Interesse daran, die Situation Betroffener verbessern zu wollen. Zumal auch immer mehr junge Menschen betroffen sind.“

„Es wird nicht genug zur Prävention und Aufklärung gemacht“