



Schlaganfall

Patienteninformation der St. Mauritius Therapieklinik



Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie befinden sich zur Rehabilitation nach einem Schlaganfall in unserer Therapieklinik.

Ein Schlaganfall ist ein einschneidendes und beängstigendes Erlebnis. Bestimmt haben Sie und Ihre Angehörigen diesbezüglich viele Fragen, auf die wir gerne im Laufe Ihres Aufenthalts bei uns eingehen können.

Zur Beantwortung einiger sehr häufig gestellter Fragen haben wir dieses Informationsblatt für Sie zusammengestellt. Bei weiteren Fragen können Sie sich gerne an uns wenden.

Was ist ein Schlaganfall?

Als „Schlaganfall“ bezeichnet man das plötzliche, eben „schlagartige“ Auftreten von Lähmungen oder Gefühlsstörungen, Seh-, Schluck- oder Sprachstörungen. Manchmal, aber nicht zwingend, sind auch Kopfschmerzen, Schwindel, Verwirrtheit oder andere Beschwerden möglich. Diese Symptome entstehen durch eine Durchblutungsstörung im Gehirn, die zur Zerstörung von Gehirnzellen führt.

Welche Ursache hat ein Schlaganfall?

Unser Gehirn besteht aus Milliarden von Hirnzellen und deren Verbindungen. Hirnzellen brauchen viel Energie und müssen ständig mit Sauerstoff und Nährstoffen aus dem Blut versorgt werden. Bei einem Schlaganfall wird die Durchblutung unterbrochen und die nicht versorgten Hirnzellen werden geschädigt.

Sehr häufig wird solch eine Durchblutungsstörung durch kleine „Pfropfen“ hervorgerufen, die die Gehirnadern verstopfen. Diese „Pfropfen“ können aus dem Herzen stammen oder Bestandteile von Ablagerungen in den Halsschlagadern („Arteriosklerose“) sein, die sich ablösen und mit dem Blutstrom ins Gehirn geschwemmt werden.

Bestimmte Herzrhythmusstörungen (z. B. „Absolute Arrhythmie“ bei Vorhofflimmern) begünstigen die Entstehung von Blutgerinnseln in den Herzhöhlen, die dann auch ins Gehirn gespült werden können und wichtige kleine Gefäße verschließen. Bluthochdruck, Zuckerkrankheit und Fettstoffwechselstörungen begünstigen die Entstehung von Ablagerungen in den Halsschlagadern.

Blutgefäße können jedoch auch einreißen oder platzen, so dass es zu einer Blutung im Gehirn kommt und die Hirnzellen geschädigt werden. Es gibt noch weitere seltene Erkrankungen, die ursächlich für eine Zerstörung von Hirnzellen und damit einen Schlaganfall sein können.

Werden sich die Beschwerden wieder bessern?

Generell besteht die Möglichkeit, dass sich die Funktionsstörungen, die der Schlaganfall hervorgerufen hat, wieder bessern. Einmal zerstörte Gehirnzellen können sich leider nicht mehr erholen. Deshalb müssen andere angrenzende oder auch weiter entfernt liegende Gehirnbereiche die Aufgaben der zerstörten Zellen übernehmen lernen. Dies ist meistens ein langfristiger Prozess, der sich im Verlauf von Wochen, Monaten oder sogar Jahren abspielt. Meist können die Aufgaben allerdings nicht vollständig übernommen werden, so dass die Beschwerden nicht ganz verschwinden. Dauer und Ausmaß der Verbesserung sind auch von vielen anderen Faktoren, wie z. B. Alter und Begleiterkrankungen, abhängig und können im Einzelfall nicht genau vorhergesagt werden.

Was ist zu tun, wenn ich einen Schlaganfall erleide?

Wenn Sie oder Ihr Umfeld die oben beschriebenen Anzeichen an sich erkennen, sollte so schnell wie möglich ein Arzt alarmiert werden, ggf. der Notarzt. Dieser wird Sie, wenn möglich, in ein Krankenhaus mit einer Abteilung für Neurologie bringen. Neurologen sind spezialisiert auf Krankheiten und Störungen des Gehirns. Je früher die Diagnose eines Schlaganfalls gestellt wird (möglichst innerhalb der ersten Stunde nach Beginn der Beschwerden), umso erfolgreicher kann eine Therapie sein. Danach wird im Krankenhaus genauer nach einer möglichen Ursache geforscht, und eine geeignete Behandlung mit Medikamenten kann beginnen.

Steht die Diagnose eines Schlaganfalls fest, besteht die beste Behandlung der Funktionsstörungen in einer regelmäßigen Übungstherapie. Zu diesem Zweck hat das vorbehandelnde Krankenhaus Sie in unsere Klinik überwiesen. Wir werden uns hier bemühen, eine möglichst gute Grundlage für Ihre weitere Genesung zu schaffen.

Kann ich etwas tun, um keinen weiteren Schlaganfall zu erleiden?

Die Behandlung nach einem Schlaganfall beruht im Wesentlichen auf zwei Säulen:

1. Durch die längerfristige Gabe von „blutverdünnenden“ Medikamenten (z. B. ASS, Iscover[®], Marcumar[®]) soll das Blut etwas flüssiger gemacht werden, damit das Risiko einer erneuten Gerinnselbildung oder Gefäßverstopfung abnimmt.

2. Nach Möglichkeit sollten zusätzlich die auslösenden Ursachen und Risikofaktoren für das Schlaganfallereignis beseitigt oder verringert werden. Eine wesentliche Ursache sind Gefäßverkalkungen. Viele Umstände und Erkrankungen fördern diese: Rauchen, hoher Blutdruck, Zuckerkrankheit, erhöhte Blutfettwerte, Bewegungsmangel und Übergewicht sind die wichtigsten Risikofaktoren, auf die Sie gezielt Einfluss nehmen können.

Ist der Schlaganfall auf Grund einer Blutung eingetreten, ist es besonders wichtig, nach der Ursache zu forschen. Wenn eine „Aus-sackung“ von Gehirngefäßen (Aneurysma) nachgewiesen wird, muss diese evtl. neurochirurgisch behandelt werden. Auf jeden Fall sollten Sie auch selbst engmaschig Ihren Blutdruck kontrollieren.

Verhaltensempfehlungen für Schlaganfallpatienten nach der Entlassung

- Um Ihnen den Übergang in Ihre gewohnte Umgebung und Umstellung auf die neue Situation zu erleichtern, möchten wir Ihnen folgende Empfehlungen mit auf den Weg geben:
 - Stellen Sie sich bitte rasch, möglichst noch am Entlassungstag, bei Ihrem Hausarzt vor. Er wird Ihnen die anschließend notwendigen Medikamente und Therapien verordnen. Bitte beachten Sie, dass wir Sie bei der Entlassung in der Regel nicht mit Medikamenten für mehrere Tage versorgen können.
 - Ihr Hausarzt wird Sie im weiteren Verlauf unterstützen und Ihr Ansprechpartner für alle weiteren Fragen und Sorgen sein. Bitte nehmen Sie regelmäßig Ihre Termine wahr und beherzigen Sie die Empfehlungen Ihres Hausarztes.
 - Lassen Sie regelmäßig den Blutdruck kontrollieren oder messen Sie Ihren Blutdruck selbst. Er verändert sich häufig, wenn sich die Alltagsbelastung ändert. Nehmen Sie Medikamente, die Ihnen Ihr Hausarzt dafür verschreibt, regelmäßig ein. Idealerweise legen Sie sich ein eigenes Blutdruckmessgerät zu. Dies gilt insbesondere für Patienten, bei denen eine Gehirnblutung Ursache des Schlaganfalls war.
 - Lassen Sie auch Ihren Blutzucker und Ihre Blutfettwerte regelmäßig kontrollieren und, falls nötig, behandeln. Veränderte Essgewohnheiten beeinflussen sowohl den Blutzucker als auch die Blutfettwerte.
 - Durch Umstellung auf eine gesunde Ernährung mit geringem Anteil tierischer Fette (Olivenöl statt Butter) kann ein erheblicher Vorbeugungseffekt erzielt werden, der oft die Wirkung von Medikamenten (z.B. Fettsenker) noch deutlich übertrifft.
 - Stellen Sie das Rauchen ein. Das ist oft leichter gesagt als getan. Fragen Sie evtl. Ihren Hausarzt nach Hilfen.
 - Bewegen Sie sich regelmäßig. Bleiben Sie aktiv!

- Ernähren Sie sich gesund mit viel frischem Obst, Gemüse und Vollkornprodukten.
- Streben Sie bei Übergewicht eine Gewichtsabnahme an.
- Achten Sie auch auf eine ausreichende Trinkmenge, denn Flüssigkeitsmangel verschlechtert die Fließeigenschaften des Blutes.
- Die Empfängnisverhütung durch die „Pille“ gehört auch zu den Risikofaktoren; insbesondere bei Frauen, die rauchen, übergewichtig sind oder an Migräne leiden.

Sozialdienst

Sollte bei Ihnen nach der Entlassung weitere Unterstützung zu Hause durch personelle Hilfe erforderlich werden, wenden Sie sich bitte frühzeitig an unsere Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes. Fragen Sie bitte auf Ihrer Station nach, wer für Sie bzw. Ihre Angehörigen zuständig ist. Unsere Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes beraten und unterstützen Sie gerne.

Sollten Sie in Ihrem Wohnumfeld materielle Hilfsmittel zur Vereinfachung des Alltags benötigen, so wenden Sie sich bitte an die Ärzte und Ihre Physio- und Ergotherapeuten, die Sie diesbezüglich beraten können. Unser Haus arbeitet eng mit Sanitätshäusern zusammen. Auch ein Hausbesuch von Mitarbeitern eines Sanitätshauses kann meist organisiert werden, um Ihren Hilfsmittelbedarf besser einschätzen zu können.

Gern nennen wir Ihnen auch Adressen von Selbsthilfegruppen, die Ihnen nach der Entlassung aus der St. Mauritius Therapiekllinik helfend zur Seite stehen.

Wir hoffen, Ihnen mit diesen Informationen ein Stück weitergeholfen zu haben. Bitte scheuen Sie sich nicht, uns bei darüber hinausgehenden Fragen anzusprechen.

Alles Gute wünscht das Team der St. Mauritius Therapiekllinik.

St. Mauritius Therapieklinik

Strümper Straße 111

40670 Meerbusch

Telefon (0 21 59) 679-0

Telefax (0 21 59) 679-15 66

neurologie@stmtk.de

www.stmtk.de

1. Auflage: Dezember 2005

