

## Die wichtigsten Antworten unserer Telefonaktion

# Risiko senken nach Schlaganfall

**M**ir ist am rechten Auge wiederholt dunkel geworden. Mein Hausarzt gesagt, ich soll bei Gelegenheit zum Kardiologen gehen. Was meinen Sie?

Wahrscheinlich hatten Sie eine TIA, eine Transitorische ischämische Attacke. Das ist eine Durchblutungsstörung im Gehirn, die vorübergehende Ausfälle hervorruft. Das muss nicht, kann aber ein Vorbote eines Schlaganfalls sein. Wahrscheinlich brauchen sie blutverdünnende Medikamente. Gehen Sie also nicht bei Gelegenheit, sondern möglichst schnell zum Kardiologen oder Neurologen.

**Woran erkenne ich, dass jemand einen Schlaganfall erlitten hat?**

In englischsprachigen Ländern macht man das nach dem FAST-Schema (das ist ein Wortspiel: „fast“ heißt: „schnell“). Das geht so: **Face/Gesicht:** Kann der Betroffene die Lippen spitzen oder lächeln? **Arm:** Kann er beide Arme gleichmäßig anheben? **Speech/Sprache:** Kann er einen einfachen Satz problemlos nachsprechen? Zum Bei-

spiel: „Heute ist wirklich schönes Wetter.“ **Time/Zeit:** Wenn diese drei Dinge nicht klappen, keine Zeit verlieren und sofort über 112 den Notdienst rufen, dabei den Verdacht auf Schlaganfall äußern.

**Ich möchte den Winter auf den kanarischen Inseln verbringen, denn die Wärme tut mir gut. Ich bekomme Macumar, muss ich da etwas beachten?**

Vorsicht: Das geht nur, wenn Sie da unten einen Arzt haben, der vor Ort alle zwei Wochen Ihr Blut kontrolliert. Das ist bei diesem Wirkstoff nötig.

**Meine Freundin hatte einen Schlaganfall, das macht mir Angst. Ich frage mich: Habe auch ich ein Risiko?**

Der größte Risikofaktor ist Bluthochdruck – wenn er bei Ihnen erhöht ist, muss er gesenkt und gut eingestellt werden. Auch das Cholesterin sollte im Normalbereich liegen, ebenso wie das Gewicht. Rauchen ist natürlich schlecht, es verengt die Gefäße. Männer sind gefährdeter und jünger als Frauen, wenn sie einen Schlag bekommen. Auch die Vererbung spielt eine Rolle.

### Weitere Informationen:

Die Broschüre „Quer durch alle Klassen – der Schlaganfall von jung bis alt“ kann kostenfrei bestellt werden bei:  
■ Rote Karte dem Schlaganfall, Postfach 100361, 47703 Krefeld  
■ [infomaterial@rote-karte-dem-schlaganfall.de](mailto:infomaterial@rote-karte-dem-schlaganfall.de)

**Mein Blutdruck ist zu hoch und ich möchte wissen, wie sich die Frühzeichen eines Schlaganfalls ankündigen.**

Dazu gehören plötzliche Sehstörungen, Gangunsicherheiten, Sprachstörungen, halbseitige Lähmungen. Manchmal erkennen Betroffene bekannte Personen nicht mehr. Wichtig ist, dass vor allem Ihre Angehörigen diese Symptome kennen!

**Ich habe ein Blutdruckmessgerät geschenkt bekommen. Wie wende ich es richtig an?**

Hoffentlich ist es eines mit Oberarmmanschette, die sind genauer. Generell gilt: Messen Sie nacheinander an beiden Armen, der höhere Wert gilt. Je größer der Unterschied der ermittelten Werte ist, desto gefährlicher. Um so genauer muss der Blutdruck kontrolliert und eingestellt werden.

**Mein Großvater hatte einen Schlaganfall, jetzt quält ihn die Angst vor einem weiteren. Er traut sich nicht mehr aus dem Haus, ich glaube, er wird depressiv. Wie kann ich ihm helfen?**

Neben der Vorbeugung durch Medikamente sollte er aktiv bleiben – das ist gut für die Psyche und für die Sauerstoffversorgung des Gehirns. Wenn Gespräche nicht reichen, kann er sich eventuell ein Antidepressivum verordnen lassen, damit er wieder am Leben teilnimmt.



Prof. Dr. Curt Diehm ist Ärztlicher Direktor und leitender Arzt der Angiologie an der Max Grundig Klinik, Bühl. Er rät nach einem Schlaganfall zu einer Kombination aus drei Medikamenten: einem Blutdrucksenker, einem Cholesterinsenker und einem Blutverdünner.

Prof. Dr. Michael Daffertshofer ist Chefarzt der Neurologischen Klinik, Klinikum Mittelbaden, Baden-Baden. Er ermuntert Patienten, auch noch ein Jahr nach einem Schlaganfall weiter zur Krankengymnastik zu gehen und an die Verbesserung des Gangbildes zu glauben.

