

# Auf einen Schlag ist alles anders

Der Hirnschlag ist der häufigste Grund einer bleibenden Behinderung. Und Hirnschläge sind häufig: Jeder sechste Mensch wird im Verlauf seines Lebens davon betroffen. Die Rehabilitation ist zumeist ein langer Weg zurück ins Leben.

Von Martin Liesch

Ein Hirnschlag kommt ganz plötzlich, er trifft das Hirn und den ganzen Menschen, der nach einem Hirnschlag selbst bei der Erledigung der alltäglichsten Tätigkeiten wie Kleider anziehen, Essen, Körperpflege plötzlich auf fremde Hilfe angewiesen ist. Was früher selbstverständlich war und gar keine Beachtung fand, ist nun mühsam oder gar unmöglich. Der Hirnschlag trifft aber auch das Umfeld eines Erkrankten. Wie reagiert die Partnerin auf die neue Situation, auf den behinderten Ehemann? Was bedeutet es für die Kinder, wenn der Vater keine Geschichten mehr vorlesen, beim Fussballspielen nur noch zuschauen kann?

## Immer mehr Jüngere betroffen

Der Hirnschlag betrifft uns alle. Er ist der häufigste Grund einer bleibenden Behinderung. Jeder sechste Mensch erleidet nach Schätzung der Weltorganisation für den Schlaganfall (World Stroke Organisation WSO) im Laufe seines Lebens einen Hirnschlag. Die



Im Falle eines Hirnschlages keine Zeit verlieren: Für diese Botschaft wird auch in Neu-Delhi geworben.

**Ärzte geben Auskunft**  
 Weitere Infos: [www.suedostschweiz.ch/dossier](http://www.suedostschweiz.ch/dossier)

Mehrzahl der Patienten, welche einen Hirnschlag erleiden, ist älter als 70 Jahre. Der Anteil der Menschen zwischen dem 20. und 50. Altersjahr hat sich in den letzten zehn Jahren allerdings nahezu verdoppelt.

Jeder Risikofaktor erhöht die Wahrscheinlichkeit für einen Schlaganfall um das Zwei- bis Dreifache. Falls mehr als zwei Risikofaktoren gleichzeitig vorliegen, erhöht sich das Risiko bereits um das 20-Fache! Deshalb ist auch die einfachste und wirksamste Massnahme, um sich vor einem Schlaganfall zu schützen, das bewusste und konsequente Verhalten, um die beeinflussbaren Risikofaktoren zu vermeiden oder zu vermindern. Eine regelmässige sportliche Betätigung hilft, körperlich fit zu bleiben, die Gefässe werden trainiert und elastisch gehalten, zudem werden sie mit Sauerstoff versorgt. Blutdruck und Cholesterinwerte sinken, der Zuckerstoffwechsel wird reguliert. Eine ausgewogene Ernährung trägt das Ihre bei, und der wohl wichtigste Einzelfaktor ist wahrscheinlich das Nichtrauchen.

## Jeder ist für sein Risikoprofil selbst verantwortlich

Das bedeutet natürlich auch, dass in erster Linie jeder selber dafür verantwortlich ist, sein Risikoprofil günstig zu beeinflussen. Wenn es gelingen würde, in der breiten Bevölkerung einen Bewusstsein und einen Willen für einen gesunden Lebensstil zu erreichen, wäre das einerseits eine sehr wirksame und ausserdem äusserst kostengünstige Massnahme zur Verminderung der Folgen der Krankheit Hirnschlag.

Trotz all dieser Massnahmen kann es zu einem Hirnschlag kommen. Es ist deshalb ganz entscheidend zu wis-

sen, wie man sich verhalten soll, um den weiteren Verlauf möglichst günstig zu beeinflussen. Es gibt heute wirksame Therapien, sogenannte Lysetherapien, welche vorhandene Gerinnselbildungen auflösen können, um im Falle einer Hirndurchblutungsstörung diese möglichst rasch wieder herzustellen. Damit kann das Ausmass der nachfolgenden Behinderung in vielen Fällen deutlich reduziert werden. Diese Therapien können aber nur innerhalb der ersten 4,5 bis maximal sechs Stunden nach einem Hirnschlag, abhängig vom Verfahren, durchgeführt werden. Es ist deshalb enorm wichtig, dass die Symptome eines Hirnschlages als solche erkannt werden.

Bei Auftreten auch nur eines oder mehrerer solcher Symptome soll unverzüglich die Sanitätsnotrufzentrale 144 alarmiert werden und eine Spitalweisung erfolgen. Bis zum Beweis

des Gegenteils ist in dieser Situation immer von einer absoluten Notfall-situation auszugehen.

## Nicht warten, gleich handeln

Dieses frühe richtige Handeln kann für den weiteren Verlauf sehr wertvoll sein. Leider ist gerade dieses Wissen in der Bevölkerung nicht sehr verbreitet. Es ist so, dass in vielen Fällen vor dem Spitaleintritt schon zu viel Zeit verstreicht, sodass wir die Lysetherapien gar nicht mehr durchführen können. Weltweit wird deshalb versucht, die Leute für diese Thematik zu sensibilisieren.

Nach dem Eintreffen im Spital wird auf der Notfallstation eine ganze Reihe

von Untersuchungen gemacht. Diese bestehen aus einer raschen, aber sorgfältigen klinischen Untersuchung sowie einer Erhebung der Patientengeschichte. Ausserdem werden diverse Blutuntersuchungen und eine Untersuchung des Gehirns mit einem Computertomografen (CT) oder eine Magnetresonananz-Untersuchung (MRI) durchgeführt. Diese Untersuchungen sind nötig, um die Diagnose Hirnschlag einwandfrei stellen und über die weitere Behandlung entscheiden zu können. In dieser frühen Phase geschieht sehr viel, meist unter einem enormen Zeitdruck. Je früher eine Lysetherapie durchgeführt werden kann, umso wirksamer ist sie. Es kommt also nicht nur darauf an, diese Therapie innerhalb der geforderten 4,5 beziehungsweise sechs Stunden durchführen zu können, sondern wenn immer möglich noch früher. Der Sinn der Akutbehandlung ist das Retten von noch vorhandenem lebensfähigem Hirngewebe im Bereich der Durchblutungsstörung.

Die Rehabilitation ist ein meist langer Weg zurück ins wirkliche Leben, der geprägt ist von Erfolgen und Rückschlägen. Die Erfolge sind meistens in der Anfangsphase relativ gross, werden mit der Zeit etwas kleiner. Dennoch stellen sich immer wieder Fortschritte ein. Die Rehabilitation muss früh beginnen, intensiv durchgeführt werden und sollte unbedingt lang genug beibehalten werden. Nur zu oft werden bei kleiner werdenden Fortschritten Behandlungen zu früh abgebrochen. Allgemein kann gesagt werden, dass es kein Zeitfenster gibt, nach welchem es zu spät für Rehabilitationsmassnahmen ist.

Das Ziel aller Massnahmen in der ganzen Kette von der Notfall-diagnostik über die Akuttherapie bis zur Rehabilitation ist immer eine möglichst grosse Selbstständigkeit und Unabhängigkeit des betroffenen Menschen. Auf dieses Ziel hinzuwirken ist die wichtigste Aufgabe für den betroffenen selber und ist Motivation für alle beteiligten Ärzte, Pflegepersonen, Therapeuten, Psychologen, Sozialarbeiter, Medizintechniker und viele andere mehr.

## Die transitorische ischämische Attacke

In etwa einem Viertel der Fälle geht ein Hirnschlag eine sogenannte Transitorische ischämische Attacke (TIA) oder eine «Streifung» voraus. Es handelt sich um dieselben Symptome, wie bei einem Hirnschlag. Sie dauern aber nur kurze Zeit an. Wenn im Falle einer TIA unverzüglich eine Abklärung stattfindet – und eine Behandlung der Risikofaktoren und Ursachen beginnt – können vier Fünftel der nachfolgenden Hirnschläge verhindert werden. Deshalb gilt auch für eine «Streifung», dass es sich um eine Notfallsituation handelt, welche sofort, auch an Wochenenden und in der Nacht, abgeklärt werden muss.

**DER HIRNSCHLAG**

Die wichtigsten Risikofaktoren sind in allen Altersgruppen die gleichen, nämlich:

- 1. Wichtigste Risikofaktoren:**
  - Rauchen
  - hoher Blutdruck
  - hohes Cholesterin
  - Diabetes
  - Übergewicht
  - Alkoholkonsum (>1 Glas Wein/Tag)
  - Zustand nach einem Hirnschlag oder Herzinfarkt
- 2. Typische Symptome:**
  - einseitige Schwäche oder Lähmung eines Armes, Beines oder im Gesicht
  - Störung der Feinmotorik in einer Hand
  - Störung des Sprechens oder Sprachverständnisses
  - Sehstörung
- 3. Was tun im Falle von Symptomen:**
  - Alarmierung 144
  - sofortige Spitalzuweisung

Weiterführende Informationen:  
[www.fragile.ch](http://www.fragile.ch), [www.swissheart.ch](http://www.swissheart.ch)

**Martin Liesch**



geboren 1970, verheiratet, zwei Kinder

**Ausbildung:** Studium in Zürich und Basel, Facharzt Innere Medizin FMH, Notarzt SGNOR, klinische Notfallmedizin SGNOR

**Aktuelle Tätigkeit:** Arbeitet seit 2001 im Kantonsspital Graubünden in Chur.

**Funktion:** Leitender Arzt Innere Medizin und Leiter der Zentralen Notfallstation, Leiter des Schlaganfall-Teams KSGR.

## Rehabilitation ist ein langer Weg zurück

Nach der Akutbehandlung beginnt bereits auch die Rehabilitationsbehandlung sowie die Abklärung der zum Gerinnsel führenden Ursachen und Risikofaktoren. Die Rehabilitation mit Physiotherapie, Logopädie und Ergotherapie hat zum Ziel, verlorene Funktionen zu erlernen und diese neu zu erlernen. Unser Hirn ist glücklicherweise zeitlebens in der Lage, neue Funktionen zu erlernen. Die Ursachen- und Risikofaktorensuche schliesslich soll einen zukünftigen Hirnschlag soweit möglich verhindern. Anschliessend an den Spitalaufenthalt im Akutspital ist in den meisten Fällen ein stationärer Aufenthalt in einer Spezialklinik für Neurorehabilitation und seltener eine ambulante Rehabilitation notwendig.