



Dr. Sven Fust beim Vortrag beim zweiten Arzt-Patient*innen-Seminar der Hephata-Fachklinik für Neurologie am 29. Oktober. (Foto: Hephata-Archiv / Melanie Schmitt)

30.10.2024 15:17 CET

„Jeder kann sein Schlaganfall-Risiko senken“

Kann man einen zu hohen Cholesterinspiegel nur mit der Ernährung konstant senken? Sind Krampfadern ein Risikofaktor für Schlaganfälle? Und wann ist es sinnvoll, die Halsschlagader schallen zu lassen? Diese und andere Fragen beantwortete Neurologe Dr. Sven Fuest, Chefarzt der Hephata-Neurologie, am vergangenen Dienstagabend beim zweiten Arzt-Patient*innen-Seminar in der Hephata-Klinik.

Das Seminar war Teil des weltweiten Aktionstags Schlaganfall, der jährlich

am 29. Oktober stattfindet. Dr. Sven Fuest referierte unter dem Titel „Wie kommt es zu einem Schlaganfall und wie kann ich versuchen, dem vorzubeugen?“ Danach hatten die Zuhörer*innen im großen Vortragsraum der Hephata-Klinik die Möglichkeit, Fragen zu stellen.

„Es gibt leider keine Garantie, dass wenn man ein gesundes Leben führt, man keinen Schlaganfall erleidet. Aber man kann sein Risiko deutlich senken“, so Dr. Fuest zu Beginn seines Vortrages. Auf der Stroke Unit (Schlaganfall-Einheit) der Hephata-Klinik werden jährlich knapp 300 Patient*innen mit Schlaganfall behandelt. Die Stroke Unit der Hephata-Klinik ist neben der in Bad Zwesten die einzige neurologisch geführte im Schwalm-Eder-Kreis. Sie umfasst 13 Plätze. Die Patient*innen werden 24 Stunden am Tag und 365 Tage im Jahr von einem interdisziplinären Team aus Fachärzt*innen, Pflegefachkräften, Logopäden, sowie Ergo- und Physiotherapeuten betreut.

Gründungsmitglied im NeuroNetz Mitte

„Wir sind Gründungsmitglied des Neurovaskulären Netzwerks NeuroNetzMitte“, erklärte Fuest. In dem von der Deutschen Schlaganfall-Gesellschaft zertifizierten Netzwerk haben sich 14 Kliniken in Nordhessen und angrenzenden Regionen zusammengeschlossen. Sie stimmen die Diagnose und Behandlung komplexer Schlaganfälle miteinander ab. „Sollten wir Patienten und Patientinnen mit einem Schlaganfall nicht selbst ausreichend versorgen können, weil diese beispielsweise eine Operation benötigen, übernehmen wir die qualifizierte Erstversorgung und verlegen sie nach Kassel.“

Die meisten Patient*innen könnten jedoch in der Hephata-Klinik sehr gut versorgt werden. So oder so spreche der Faktor Zeit für eine qualifizierte wohnortnahe Versorgung: „Zehn Sekunden nach einem Schlaganfall funktionieren die betroffenen Nervenzellen nicht mehr. Nach drei Minuten gehen die ersten Nervenzellen zu Grunde, nach zehn Minuten sind die ersten Nervenzellen nicht mehr zu retten. Dies betrifft den Infarktkern. Doch der Bereich um den Infarktkern herum, in dem die Nervenzellen nicht so stark betroffen sind, kann durch eine frühzeitige Therapie trotzdem gerettet und somit bleibende Beeinträchtigungen minimiert werden.“

Wohnortnahe Akutversorgung

Dazu käme in der Hephata-Klinik vor allem die so genannten Lyse-Therapie

zum Einsatz, mit der Blutgerinnsel, die ein Gefäß verstopfen, medikamentös aufgelöst werden können. Sie sei das Mittel der Wahl bei den meisten Schlaganfällen, jedoch nur in den ersten vier bis sechs Stunden nach dem Schlaganfall. „Je schneller ein Patient zu uns kommt, desto besser sind seine Aussichten. Zeit kostet hier Gehirn. Nicht alles, was von alleine kommt, geht auch wieder von alleine und kann im schlimmsten Fall bei einem Schlaganfall das Leben kosten.“ Die zweite Art von Schlaganfällen, die seltener vorkäme, würde durch eine Blutung im Gehirn, beispielsweise bei einer Kopfverletzung, einer gestörten Blutgerinnung, Arteriosklerose oder auch einem Aneurysma, ausgelöst. „Diese Patienten versorgen wir schnell und qualifiziert und bereiten sie gut auf die Verlegung in ein größeres Zentrum vor.“

Risiken senken

Doch dazu müsse es im Idealfall gar nicht erst kommen: Jeder Mensch habe die Chance, sein Schlaganfall-Risiko zu senken. „Es gibt Faktoren, die können Sie leider nicht beeinflussen, das sind das Alter und genetische Voraussetzungen. Andere Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Cholesterinwerte, Diabetes, Rauchen, Fettstoffwechsel- oder Gerinnungsstörungen können Sie beeinflussen. Zum einen, in dem Sie regelmäßig die Check-Up-Untersuchungen bei Ihrem Hausarzt wahrnehmen und zum anderen, in dem Sie einen gesunden Lebensstil pflegen“, so Fuest. „Selbst wenn Sie 60 Jahre geraucht haben, profitiert der Körper immer noch von einem Rauchverzicht. Es ist nie zu spät, mit dem Rauchen aufzuhören, Alkohol- Salz- und Zuckerkonsum zu minimieren, sich gesund zu ernähren und für regelmäßige Bewegung zu sorgen.“ Bereits fünf Einheiten Bewegung pro Woche zu je 30 Minuten, beispielsweise Nordic-Walking, Garten- oder Hausarbeit, könnten das Schlaganfall-Risiko um 25 Prozent senken.

Schnell handeln

Komme es zu einem Schlaganfall, sei es wichtig, diesen schnell zu erkennen. Dafür stellte Fuest die so genannten „BE-FAST-Regel“ vor. BE-Fast steht dabei für die Anfangsbuchstaben der englischen Wörter **B**alance (Gleichgewicht), **E**yes (Augen), **F**ace (Gesicht), **A**rms (Arme), **S**peech (Sprache) und **T**ime (Zeit). Betroffene oder Angehörige könnten so überprüfen: Liegt eine Gleichgewichts- oder Sehstörung vor? Gehen beim Lächeln beide Mundwinkel synchron nach oben? Können mit geschlossenen Augen beide Arme nach vorne ausgestreckt und gehalten werden? Ist die Sprache deutlich

und können Sätze nachgesprochen werden? Und schließlich die Zeitfrage: Wie lange bestehen die eventuellen Symptome?

Dr. Sven Fuest: „Wenn nur der leiseste Verdacht auf einen Schlaganfall besteht, zögern Sie nicht und rufen Sie den Rettungsdienst.“

Hintergrund I: In Deutschland erleiden pro Jahr 270.000 Menschen einen Schlaganfall. Der Schlaganfall ist in Deutschland nach Herzinfarkten und Krebserkrankungen die dritthäufigste Ursache. 40 Prozent der Betroffenen behalten Beeinträchtigungen im Alltag zurück. Der Welt-Schlaganfall-Tag wurde erstmals im Jahr 2006 von der „World Stroke Organization“ initiiert. Er findet jährlich am 29. Oktober statt.

- Nähere Informationen zur Schlaganfall-Behandlung in der Hephata-Klinik gibt es bei Astrid Schäfer, Schimmelpfengstraße 6, 34613 Schwalmstadt-Treysa, unter Tel.: 06691 18-2152 und E-Mail: astrid.schaefer@hephata.de
- Das nächste Arzt-Patient*innen-Seminar zum Thema Parkinson findet am 16. Januar 2025 von 18 bis 20 Uhr im großen Vortragsraum der Hephata-Klinik statt. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht nötig.

Hephata engagiert sich als diakonisches Unternehmen seit 1901 in der Rechtsform eines gemeinnützigen Vereins für Menschen, die Unterstützung brauchen, gleich welchen Alters, Glaubens oder welcher Nationalität. Wir sind Mitglied im Diakonischen Werk. Hinter unserem Unternehmensnamen steht ein biblisches Hoffnungsbild: während Jesus einen Mann heilt, der taub und stumm ist, spricht er das Wort „Hephata“. (Markus 7, 32-37)

In evangelischer Tradition arbeiten wir in der Jugendhilfe und der Behindertenhilfe, in der Rehabilitation Suchtkranker, in Psychiatrie und Neurologie, in der Heilpädagogik, der Wohnungslosenhilfe, in Förderschulen und der beruflichen Bildung. In unserer Tochtergesellschaft Hephata soziale Dienste und Einrichtungen gGmbH (hsde) bieten wir zudem an mehreren Standorten ambulante und stationäre Hilfen für Seniorinnen und Senioren an.

Wir bilden Mitarbeitende für verschiedene Berufe der sozialen und pflegerischen Arbeit, auch in Kooperation mit der Evangelischen

Fachhochschule Darmstadt, aus. Wir legen Wert auf eine theologisch-diakonische Qualifikation.

Hephata Diakonie beschäftigt aktuell mehr als 3.000 Mitarbeitende. Sie arbeiten in unterschiedlichen Berufsfeldern, sind gut qualifiziert und entwickeln die Leistungsangebote zukunftsorientiert weiter. Diakone und Diakoninnen und Interessierte organisieren sich in der Diakonischen Gemeinschaft Hephata.

Hephata Diakonie ist in Hessen und angrenzenden Bundesländern tätig. Der Sitz unseres Unternehmens ist seit Beginn in Schwalmstadt-Treysa.

Kontaktpersonen



Johannes Fuhr

Pressekontakt

Leiter interne und externe Kommunikation

johannes.fuhr@hephata.de

06691181316



Melanie Schmitt

Pressekontakt

Stellvertretende Leiterin interne und externe Kommunikation

melanie.schmitt@hephata.de

06691181316