

Gesundheitsbrünnele

Aphasie - wenn die Sprache weg ist. Wie Gesprächspartner die Kommunikation erleichtern

Aphasie ist eine Sprachstörung, die als Folge eines Schlaganfalls auftreten kann. Sprechen, Sprachverstehen, Schreiben und Lesen sind betroffen. Menschen mit einer neurologischen Sprachstörung wissen meistens, was sie sagen möchten. Sie haben Schwierigkeiten, dies in gesprochene Sprache umzusetzen. Patricia Haumer, Logopädin der akuten Gesundheit weiß, wie man Betroffene im Gespräch unterstützen kann.

Welche Schwierigkeiten treten im Gespräch auf?

Haumer: Dies ist je nach Art und Ausprägung des Schlaganfalls unterschiedlich. Das Sprachver-



Betroffene mit einer Sprachstörung brauchen viel Zeit, Geduld und Verständnis, damit Kommunikation gelingt.

stehen ist oft betroffen. Wörter fallen einem nicht ein. Es können falsche Wörter herauskommen, zum Beispiel Tisch statt Stuhl. Das Sprechen kann völlig unverständlich (Jargon) sein und die Patientinnen und Patienten bemerken es nicht. Oft kommen nur automatische Floskeln (zum Beispiel 'geht schon'). Man bleibt an Wörtern hängen und kommt nicht weg davon.

Was verändert sich für Menschen mit einer neurologischen Sprachstörung?

Haumer: Unsere Welt ist stark durch Sprache geprägt. Dadurch entstehen für Menschen mit einer Aphasie Probleme in der Kommunikation. Sie können keine Zeitung mehr lesen. Beim Einkaufen können Wünsche nicht oder nur schwer geäußert werden. Sie können nicht einfach

schnell erzählen, was sie gerade erlebt haben. Für Personen, die von einer Aphasie betroffen sind, verändert sich vieles. Besonders auch für jene, die noch im Berufsleben stehen.

Wie kann man sich ausdrücken, wenn die gesprochene Sprache nicht mehr funktioniert?

Haumer: Wir kommunizieren zum überwiegenden Teil mit gesprochener Sprache. Doch auch mit Stimme, Körperhaltung, Gestik und Mimik übermitteln wir Inhalte. Diese Möglichkeiten nutzen Personen mit Aphasie, um Bedürfnisse auszudrücken. Einfache Wünsche und Bedürfnisse können auch nicht-sprachlich ausgedrückt werden. Ein Gespräch über ein komplizierteres Thema ist jedoch sehr schwer.

Welche Strategien gibt es, um Kommunikation trotzdem zu ermöglichen?

Haumer: Aphasie ist keine Störung des Denkens! Haben Sie Respekt, Menschen mit Aphasie sind keine Kinder, sondern erwachsene Menschen. Sprechen Sie nicht für die Person mit Aphasie. Beim Zuhören gilt: Geduld haben, Zeit



Patricia Haumer

Immer in meiner Nähe. Meine Apotheke



Was gegen Weihnachtsstress hilft



Mag. pharm.
Ulrike Schönauer
Apothekerin
in Bregenz

Die Weihnachtszeit ist für viele Menschen eine Zeit voller Stress. Körper und Geist laufen dabei auf Hochtouren und der Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen steigt an. Auch das Wetter setzt dem Körper zu. Trockene Wärme in den Geschäften und die kalte Außenluft machen uns anfällig gegen die allgegenwärtigen Bakterien und Viren. Stress ist ein richtiger „Vitamin-C-Killer“. Ein Mangel an Vitamin C kann zu einer verminderten Abwehrfähigkeit des Immunsystems führen.

Einen erhöhten Bedarf an Vitamin C haben vor allem Raucher und Personen, die eben durch Stress und unausgewogene Ernährung belastet sind. Essen Sie viel Obst, Gemüse und Salate. Meistens ist der Bedarf an Vitaminen alleine durch die Ernährung aber nur schwer zu decken, stärken Sie daher Ihr Immunsystem rechtzeitig. Husten, Schnupfen und Heiserkeit können dadurch oft vermieden werden. Vitamin C kombiniert mit dem wichtigen Zink gibt es als Kapseln in Ihrer Apotheke.

Auch Magnesium ist eine regelrechte „Geheimwaffe“ gegen Stress, da es die Ausschüttung von Stresshormonen reduziert. In den hektischen Dezember-Tagen wird eine Tagesdosis Magnesium von 300 mg empfohlen. Ob als wohlschmeckende Brause oder als Kapseln

– die ausreichend hoch dosierten Magnesiumpräparate gibt es nur in Ihrer Apotheke.

Ein weiterer wichtiger Stoff zur Stärkung der Abwehrkraft wird aus dem roten Sonnenhut (Echinacea purpurea) gewonnen. Die Echinacea-Wirksubstanzen erhöhen die Anzahl der Abwehrzellen und verstärken deren Aktivität. Außerdem gibt es als immunstärkende Mittel noch Extrakte aus der schwarzen Holunderbeere, der Kapland-Pelargonie oder der Zistrose.

B-Vitamine machen die Nerven stark, da sie die nervliche Belastbarkeit und die Leistungsfähigkeit positiv beeinflussen. Der Bedarf an B-Vitaminen ist in Stresssituationen stark erhöht.

Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach den verschiedenen Vitaminprodukten - wir beraten Sie gerne!



können!



Personen mit einer Aphasie fehlen oft die Worte oder sie verstehen nicht alles, was ihnen im Redefluss gesagt wird.

lassen, Hilfe anbieten, Verständnis signalisieren. Schauen Sie die Person an und zeigen so, dass Sie interessiert sind. Lassen Sie die Person mit Aphasie aussprechen, vervollständigen Sie Sätze nicht. Vermeiden Sie Ablenkungen wie Radio und Fernsehen bei Gesprächen.

Welche Irrtümer gibt es zum Thema Aphasie?

Haumer: Angehörige fordern Patientinnen und Patienten mit Aphasie gern zum Aufschreiben auf. Da auch die Verarbeitung der geschriebenen Sprache im Gehirn betroffen ist, ist schreiben nur in Ausnahmefällen möglich. Aphasie ist kein Gedächtnisproblem an sich. Wenn dann kommen Gedächtnisschwierigkeiten als Begleitsymptom vor.

Was kann man beachten, um das Sprachverstehen zu ermöglichen?

Haumer: Sprechen Sie in kurzen, einfachen und richtigen Sätzen. Betonen Sie wichtige Wörter und wiederholen Sie bei Bedarf. Sprechen Sie nicht wie ein Wasserfall, reden Sie langsam und natürlich. Verwenden Sie Gestik und Mimik. Versichern Sie sich durch Rückfragen oder lassen Sie Aussagen bestätigen. Günstig sind Ja/Nein-Fragen, bei denen Betroffene auch mit Gesten (zum Beispiel Kopfnicken) antworten können. Besonders oft kommt es vor, dass Personen mit Aphasie ‚ja‘ meinen, aber ‚nein‘ sagen. Da ist dann wieder ein Rückversichern notwendig.

Wie kann man den Menschen mit Aphasie im Alltag sprachlich einbeziehen?

Haumer: Auch wenn Betroffene sich nicht mehr sprachlich ausdrücken können, haben sie immer noch Bedürfnisse und Wünsche. Beziehen Sie die Person in Entscheidungen des täglichen Lebens mit ein (Essen, Fernsehprogramm, Freizeitgestaltung). Wann immer es geht, versuchen Sie die Meinung der betroffenen Person einzuholen. Informieren Sie Bekannte und Verwandte wie man die Person im Gespräch unterstützen kann.

Wie können Menschen mit Aphasie ihre Sprachfähigkeit verbessern?

Haumer: Das alltägliche sprachliche Angebot zuhause ist sehr wichtig. Eine professionelle logopädische Therapie, wie sie bei der Neurologischen Reha der aks gesundheit angeboten wird, wird dadurch nicht ersetzt. In der logopädischen Therapie wird ein auf das Ziel der Patientin oder des Patienten abgestimmtes Sprachtraining absolviert.

- KONTAKT -

**aks Gesundheit GmbH
Neurologische Reha**

Färbergasse 13, 6850 Dornbirn
Tel.: 05574 / 202-3000
anr@aks.or.at
www.aks.or.at



Neurologische Reha

Teilnehmen und Teilhaben - Ein Leben lang auch mit neurologischer Erkrankung

Wir unterstützen Sie therapeutisch auf Ihrem Weg zu

- » mehr Selbstständigkeit
- » mehr Lebensqualität

Durch

- » Physiotherapie
- » Ergotherapie
- » Logopädie
- » Sozialarbeit
- » (Neuro)Psychologische Beratung
- » Neurologische Abklärung

Neurologische Reha

aks gesundheit GmbH
Färbergasse 13, 6850 Dornbirn
T 055 74 / 202 - 3000
nr@aks.or.at
www.aks.or.at

Anzeige

Jedem 2. Österreicher mangelt es an Vitamin D ...

... möglicherweise auch Ihnen!?! Jüngste wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen den positiven Einfluss von Vitamin D auf Infekte, Entzündungen, Bluthochdruck und Diabetes. Aber auch bei Befindlichkeitsstörungen wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Antriebslosigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten oder Muskelschwäche kann Vitamin D helfen. Mit einem ausreichenden Vitamin D-Spiegel im Körper fühlt man sich im Allgemeinen aktiver, stärker und ausgeglichener.

Das Präparat **D3 Kwizda** dient zur Aufrechterhaltung und Unterstützung der normalen Funktionen von Muskeln, Immunsystem, Zellteilung und Knochen – das ganze Jahr über.

- 3.000 I.E. Vitamin D3 pro Tablette
- 28 „Mini“-Tabletten pro Packung
- zum Schlucken oder Kauen
- frei von Gelatine u. Fructose
- entwickelt, produziert in Österreich



In Ihrer Apotheke.

Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Ernährungszwecke. Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.

Kwizda ist mit Trauma-Salbe „Mayrhofer“ offizieller Partner des Austria Ski Team.

Anzeige