



Gesundheitsbrünnele

Diagnose Schlaganfall - Bei Verdacht auf Schlaganfall ist schnelle ärztliche Hilfe wichtig

Jährlich erleiden ungefähr 24.000 Österreicherinnen und Österreicher einen Schlaganfall, das bedeutet ein Schlaganfall ca. alle 20 Minuten. Nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebserkrankungen ist der Schlaganfall die dritthäufigste Todesursache in Österreich. Ein Schlaganfall trifft die betroffene Person wie aus heiterem Himmel. Die Ursachen entstehen jedoch nicht von heute auf morgen. Dr. Paul Rubner, ärztlicher Leiter der aks gesundheit Neurologische Reha kennt Möglichkeiten der Schlaganfallvorsorge und der Therapie nach einem Schlaganfall.

Was passiert beim Schlaganfall?

Dr. Rubner: Bei einem Schlaganfall ist die Sauerstoffversorgung im Gehirn gestört. Dadurch kommt es zu einem plötzlichen Ausfall bestimmter Funktionen des Gehirns. Ursache kann eine plötzliche Verstopfung einer Gehirnarterie (Hirnininfarkt) oder der

Austritt von Blut ins Hirngewebe (Hirnblutung) sein.

Welche Warnsignale gibt es beim akuten Schlaganfall?

Dr. Rubner: Mögliche Anzeichen für einen Schlaganfall sind plötzlich auftretende Symptome wie Sehstörungen, Sprach- und Sprechstörungen, Lähmungen, Taubheitsgefühl, Schwindel, Gangunsicherheit, starken Kopfschmerz, Schluckstörungen oder Orientierungsstörungen. Die Schlaganfall-Selbsthilfe Vorarlberg stellt auf ihrer Homepage <http://www.net-lugg-lo.at> eine App zur Schlaganfallerkennung zur Verfügung.

Was ist zu tun, wenn ich bei mir oder einer anderen Person solche Warnsignale wahrnehme?

Dr. Rubner: Rufen Sie sofort die Rettung. Eine möglichst schnelle ärztliche Versorgung im Krankenhaus ist bei Verdacht auf Schlaganfall essentiell. Durch spezielle Maßnahmen ist es möglich das Gehirn vor einem dauerhaften Schaden zu bewahren, oder bleibende Schäden zu minimieren.

Gibt es Menschen mit erhöhtem Schlaganfallrisiko?

Dr. Rubner: Es gibt bestimmte Risikofaktoren für einen Schlaganfall, wie das zunehmende Alter, genetische Veranlagung, Bluthochdruck, Blutgerinnungs-



Durch einen gesunden Lebensstil lässt sich das Schlaganfall Risiko gering halten.

Foto: iStock

störung, Herzfehler, Diabetes mellitus und Störungen des Fettstoffwechsels sowie Rauchen und Bewegungsmangel. Durch Ablagerungen an den Innenseiten der Blutgefäße wird die elastische Gefäßwand zunehmend starr. Durch die Zunahme der Ablagerungen verengen sich die Blutgefäße. Es können Blutgerinnsel entstehen, welche sich losreißen und Hirnarterien verschließen können.

Kann ich etwas dazu beitragen, das Risiko für einen Schlaganfall zu senken?

Dr. Rubner: Durch einen gesunden Lebensstil können Sie selbst eine Menge tun, um das Schlaganfallrisiko möglichst gering zu halten. Dazu gehört sich ausreichend zu bewegen, gesund zu

ernähren, Verzicht auf Nikotin und den Blutdruck, Blutzuckerspiegel und die Blutfette im Blick zu haben. Medikamente gegen diese Risikofaktoren sollten deshalb gewissenhaft eingenommen werden.

Wie und wann erfolgt die Rehabilitation?

Dr. Rubner: Am Anfang der Behandlung steht die Frührehabilitation. Idealerweise beginnen rehabilitative Maßnahmen schon ganz früh im Krankenhaus. Werden Patientinnen und Patienten nach einem Schlaganfall aus dem Krankenhaus oder nach der Reha entlassen, stoßen Sie zu Hause oft noch auf Schwierigkeiten. Hier setzt die Therapie der Neurologischen Reha der aks gesundheit an.



Dr. Paul Rubner

Immer in meiner Nähe. Meine Apotheke



Impfungen für Fernreisen



Mag. pharm. Sigrid Egler
Apothekerin
in Bregenz

Welche Impfungen sind für eine Reise notwendig?

Die Impfvorsorge ist nicht nur für eine Reise in ferne tropische Länder ein Thema, sondern auch innerhalb Österreichs und Europas. Vor allem bei Erwachsenen liegen die empfohlenen Auffrischungen für die Standardimpfungen Tetanus, Diphtherie,

Kinderlähmung und Keuchhusten schon viele Jahre zurück. Besonders Keuchhusten kann auch in der erwachsenen Bevölkerung eine Gefahr darstellen, da er aufgrund erhöhter Reisetätigkeiten auch in Österreich wieder häufiger auftritt. Nahrungsmittel wie rohes Obst und Meeresfrüchte, aber auch Speiseeis und Getränke können Hepatitis-A-Viren enthalten. Eine Impfung gegen Hepatitis A ist jedem, der südlich der Alpen oder Richtung Osten unterwegs ist, anzuraten. Was für welches Land sinnvoll und notwendig ist, wissen die Apothekerin und der Apotheker. So gibt

es Länder, wo eine Tollwut-Impfung empfohlen wird, andere mit Japan-Enzephalitis. Jedes Land hat eben seine Besonderheiten. Das gilt auch in Sachen Gesundheit. Bei Reisen in Ländern mit schlechten hygienischen Verhältnissen soll über eine Typhus-Impfung nachgedacht werden, die es unter anderem auch in einer praktischen Kombination mit Hepatitis-A gibt.

Fragen Sie in Ihrer Apotheke. Wir Apothekerinnen und Apotheker helfen Ihnen gerne bei Ihren „Reisevorbereitungen“.

Wie läuft die Therapie in der aks Neurologische Reha ab?

Dr. Rubner: Um auch nach einem Schlaganfall wieder am sozialen Leben teilhaben zu können, bietet die Neurologische Reha der aks gesundheit ein interdisziplinäres Angebot aus Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Psychologie und Sozialarbeit an. In der Therapie wird gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten an ihren ganz individuellen Zielen gearbeitet. Die Therapie findet bei Bedarf zu Hause statt – dort wo das Leben stattfindet. In Bregenz, Dornbirn, Götzis, Bürs und Egg stehen Praxisräumlich-



Nach einem Schlaganfall ermöglicht eine Therapie wieder am sozialen Leben teilzuhaben. Foto: aks

keiten mit verschiedensten Therapiegeräten zur Verfügung.

Wie kann ich die Angebote der aks gesundheit in Anspruch nehmen?

Dr. Rubner: Die Angebote der aks gesundheit für Betroffene können über Zuweisung durch einen Arzt / eine Ärztin (Reha Schein) in Anspruch genommen werden. Pro Therapieeinheit wird ein Selbstbehalt von 8 Euro verrechnet und maximal 80 Euro im Monat. (red)

-Kontakt-

**aks gesundheit GmbH
Neurologische Reha**

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

MINI MED Studium

Der Regionalzeitungen

„Aua, ich hab weh!“ **Kopf-, Bauch- oder Gelenkschmerzen bei Kindern. Was hilft, was steckt dahinter und wann muss man zum Arzt?**

Schmerzen bei Kindern werden von Erwachsenen oft nicht ernst genommen, als übertrieben oder als medizinisch nicht behandlungsbedürftig angesehen. Die Beurteilung, wo und wie stark diese Schmerzen sind, ist nicht so einfach wie bei einem Erwachsenen, da Kleinkinder nicht

immer in der Lage sind, den genauen Schmerzort und die Art des Schmerzes zu beschreiben. Häufig projizieren sie Schmerzen in den Bauch. Am häufigsten leidet der Nachwuchs unter Kopfschmerzen, gefolgt von Bauch- und Rückenschmerzen. Wie Kinder Schmerzen allerdings äußern und wie sie damit umgehen, das kann ganz anders als bei uns Erwachsenen sein. Kinder helfen sich bei Schmerzen oft instinktiv selber, indem sie sich ablenken oder eine Ruhepause einlegen. Sie verfügen außerdem, je nach Alter, über ein noch nicht voll entwickeltes Nervensystem. Vielfach kann man Schmerzen bei Kindern auch mit natürlichen Mitteln selbst behandeln. Wenn Schmerzen allerdings häufiger auftreten, sollte auf jeden Fall ein

Arzt aufgesucht werden, der in den meisten Fällen eine organische Ursache ausschließen kann. Welche Ursachen stecken hinter heftigen Kopf-, Bauch- oder Gelenkschmerzen? Bei welchen Anzeichen sollte man möglichst rasch einen Arzt aufsuchen? Wie können wir unseren Kindern und Enkelkindern am besten helfen, den Schmerz zu lindern oder sogar zu „vergessen“? (red)



OA Dr. Kurt
Schlachter
MPH

-INFO-

Prim. Univ.-Prof. Dr. Christian Huemer

FA für päd. Rheumatologie, Chefarzt des LKH Bregenz

OA Dr. Pascal Müller

FA für päd. Gastroenterologie / FMH, LKH Bregenz und Ostschweizer Kinderspital St. Gallen

OA Dr. Kurt Schlachter MPH

Geschäftsführender OA Pädiatrie, Leitender Arzt Neuropädiatrie, LKH Bregenz

Ort: CUBUS, Wälderstraße 5, Wolfurt

Zeit: 17.02.2016 von 19 bis 21 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich! Eintritt frei!

Weitere Informationen:

www.minimed.at oder
Tel 0810081060
100 MINI MED Videos auf
www.minimed.tv

Was bestimmt, ob wir glücklich sind oder nicht?

Unser Umfeld, die Familie, die Kollegen, der Job, werden sich viele von uns denken. Stimmt nur bedingt, meinen Psychologen und Neuroforscher. Wir selbst nämlich sind es, die auf ein und dieselbe Herausforderung entweder aktiv und Lösungs-orientiert, oder passiv und Schicksals-ergeben reagie-

ren. Neuroforscher machen für den Verhaltens-Unterschied Nervenbotenstoffe unseres Gehirns verantwortlich. Diese entscheiden, wie wir unser Leben gestalten. Viele Apotheken empfehlen rezeptfrei eine Bioformel namens SunnySoul, die uns hilft, unser Leben aktiver zu gestalten.

In Ihrer Apotheke erhältlich!
ANTHOZYM®
PETRASCH
alkoholfrei



Mr. Petrasch GmbH & Co KG
6850 Dornbirn, Austria
www.anthozym.at