

Da zählt jede Minute

SCHLAGANFALL Dr. Peter Hien informiert über Behandlungsmethoden und Vorbeugung

ALSFELD (red). „Mehr Bewegung, mehr Muskeln, weniger Salz und weniger langkettiges Pflanzenfett...“ – mit dieser Botschaft im Kopf haben die Zuhörer des ersten Vortrags aus der Veranstaltungsreihe 2017 des Alsfelder Krankenhauses den Saal verlassen, von Referent Chefarzt Dr. Peter Hien aufgeklärt über Entstehung, Symptome und Behandlung von Schlaganfällen.

Die erschreckendste Erkenntnis des Abends: Immer mehr junge Menschen erleiden einen Schlaganfall und dies meist über Nacht, zehn Prozent der Betroffenen sind noch keine 50. „Unerkannte Herzrhythmusstörungen im Schlaf, können nämlich zu einem Gerinnsel im Herzen führen. Das Gerinnsel steigt vom Herzzohr in den Kopf und dann ist es passiert...“, erläuterte Hien. Diese Herzrhythmusstörungen würden meist über das vegetative Nervensystem ausgelöst. Als Beispiel nannte Hien spätabendliches deftiges Essen: „Ein übervoller Magen drückt auf das Nervengeflecht und irritiert das Herz. Neben Stress können auch dadurch Herzrhythmusstörungen entstehen, die dann den Schlaganfall verursachen können.“

Wenn man Patienten, auch jüngere, mit unerkanntem kurzzeitigem Vorhofflimmern im MRT untersucht, dann findet man oft mehrere kleine Defekte – kleine Gerinnsel, die hochgestiegen sind, allerdings keine großen, bemerkbaren Schäden hinterlassen haben, führte der Mediziner aus. Manchmal seien noch nicht einmal Symptome zu bemerken, manchmal nur ein kleines Zucken, ein kurzer Moment der **Wortfindungsstörung** oder eines Taubheitsgefühls in den Fingern. „Aber auch kleine kurze Ereignisse sollte man ernst nehmen, sie sind die Warnung für etwas Größeres, das innerhalb der nächsten zwei bis drei Jahren meist kommt“, mahnte Hien zur Vorsicht.



Dr. Peter Hien rät: Ernährung umstellen, sich mehr bewegen und Muskeln aufbauen, um einem Schlaganfall vorzubeugen.

Foto: Kierblewski

Bei älteren Menschen entstehe der Schlaganfall durch Plaques in den Schlagadern, die irgendwann aufbrechen und dann Gerinnsel oder gar Gefäßverschlüsse bilden. Die Symptome seien eindeutiger, wenn die Gerinnsel größer sind: Sehstörungen, Lähmungen, Sprachstörungen, Drehschwindel und rasende Kopfschmerzen könnten dazu gehören.

„In jedem Fall heißt es: Jede Minute zählt!“ Je schneller man einen Schlaganfall behandle, das Gerinnsel auflöse, desto günstiger sei die Prognose. Am effektivsten sei dabei die Behandlung mit einer sogenannten Lyse-Therapie, bei der mit speziellen Medikamenten versucht wird, die Blutbahnen wieder frei zu bekommen. „35 Prozent

der Patienten mit Lyse-Therapie können als gebessert oder gar geheilt entlassen werden“, betonte Hien.

Vor einigen Jahren habe man die Schlaganfallbehandlungen in sogenannten Stroke Units zentralisiert und nur dort Lyse-Therapien eingeleitet. „Heute kommt man davon ab. Im Gegenteil, man dezentralisiert die Behandlung wieder“, verkündete der erfahrene Internist und Geriater. „Denn bis man einen Schlaganfallpatienten im entsprechenden Zentrum hat, ist es manchmal schon zu spät für eine Regeneration der Hirnareale. Daher gehen wir jetzt dazu über, schnellstmöglich mit einer Lyse-Therapie anzufangen. Sollte dann noch eine Verlegung in ein größeres Zentrum notwendig sein, er-

folgt das im Anschluss oder während die Lyse läuft“, erläutert Hien.

Peter Hien führte weiter aus: „In Bayern und in den USA sind Dezentralisierungen inzwischen Standard – die Wege sind ansonsten oft einfach zu lange. In Hessen ist man jetzt dabei es einzuführen. Wir sind bereits Mitglied in einem Netzwerk und werden ab April mit der sehr großen Kasseler Neurologie eng zusammenarbeiten; für die Teleneurologie bedarf es ganz besonders aufwendiger Anforderungen.“

Die Zusammenarbeit wird über Telemedizin erfolgen. Spezialisierte Neurologen aus der Kasseler Klinik werden per Technik zur Versorgung von Schlaganfallpatienten in Alsfeld hinzugeschaltet – per Bild und Ton. Sie können mit den Patienten sprechen, die CT- oder MRT-Bilder begutachten und den Alsfelder Ärzten hilfreich zur Seite stehen, kündigt der Mediziner an und machte noch einmal deutlich: Ganz wesentlich ist es bei sogenannten „Lyse-Kandidaten“, dass dies so schnell wie möglich geschieht – zehn Minuten können zwischen Heilung und dauerhafter Behinderung unterscheiden.

Die Zuhörer fragten den Mediziner nach Vorsichtsmaßnahmen und medikamentösem Schutz. Seine Antwort war teilweise entmutigend: Aspirin lieferte nur 25-prozentigen Schutz, Marcumar etwas mehr. „Den besten Schutz und Vorbeugung haben sie, wenn sie sich bewegen, trainieren, Muskeln aufbauen – da verändert sich der Stoffwechsel und die Blutgerinnung, mit dem Hausarzt die Themen Blutdruck und Blutzucker beachten, wenig Salz essen und auf diese ungesunden mehrfach ungesättigten langkettigen Pflanzenfette wie Palmöl oder Kokosfett verzichten.“ Und der letzte Tipp: Gemeinsam mit dem Hausarzt überlegen, sich im Schlaflabor testen zu lassen, denn „stressfreier Schlaf ist wichtig“.