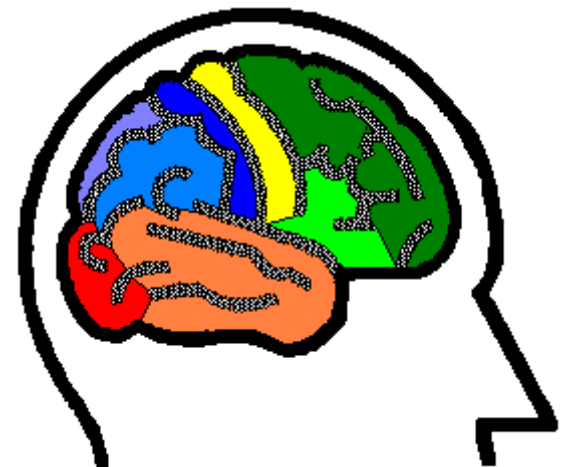


# Schlaganfall ! verhindern

Prof. Dr. med. Helmut Buchner

Klinik für Neurologie und klinische Neurophysiologie  
Klinikum Vest - Recklinghausen



# Schutz vor dem Hirnschlag



Effektive primäre  
und sekundäre  
Prävention

# Was kann der Arzt für Sie vorbeugend tun?

---

- **Herzrhythmusstörungen (Vorhofflimmern)**  
**Künstliche Herzklappe**
- Blutverdünnung mit Phenprocoumon (Marcumar) – Rivaroxaban – Dabigatran



# Was kann der Arzt für Sie vorbeugend tun?

- **Verengungen der Halsschlagadern**
  - Hemmung der Blutplättchen mit ASS o.ä.
  - In ausgewählten Fällen Erweiterung der Halsschlagader durch Operation oder Stent



# Was kann der Arzt für Sie vorbeugend tun?

---

- Immer Behandlung von Risikoerkrankungen, z.B.
  - **Bluthochdruck**
  - **Zuckererkrankung**
  - **Fettwerterhöhung**

# Was kann der Arzt für Sie vorbeugend tun?

ACHTUNG: Ihre persönliche  
Einzelfallentscheidung  
immer in Absprache



Der Verein Aktuelles Informationen zu Erkrankungen Neurologische Untersuchungen Login Häufige Fragen

- Epilepsie
- Multiple Sklerose
- Schlaganfall
- Parkinson'sche Kran

Schlaganfall: Risikoprofilfragebogen  
Schlaganfalltag 2006

## SCHLAGANFALL



### Risikoprofilfragebogen

Einem Schlaganfall ist man nicht hilflos ausgeliefert. Wichtig ist, dass man sich der Risiken bewusst wird und versucht, die wichtigsten Risikofaktoren wie Blutdruck, Blutzucker und Blutfette zu normalisieren. Das Rauchen aufzugeben, sich gesund zu ernähren und Übergewicht abzubauen. Lassen Sie sich hierbei ggf. von Ihrem Hausarzt beraten.

#### Bestehen bei Ihnen folgende Risikofaktoren für einen Schlaganfall?

- Übergewicht (Adipositas)

Wie groß sind Sie?  cm

Wie viel wiegen Sie?  kg

Wer zu viel wiegt, hat ein 2- bis 3-fach erhöhtes Schlaganfall-Risiko. Übergewicht wird nach dem Body-Mass-Index (BMI) berechnet. Werte über 25 bedeuten leichtes Übergewicht.

BMI =

Körpergewicht in kg / Körpergröße mal Körpergröße in m

Empfehlung: Konsequent abnehmen durch gesunde Ernährung und körperliche Betätigung.

ja nein weiß nicht

# Grenzen der Medizin



**Handeln Sie mit Hirn...**

# Was können **Sie** tun?

---

## Nicht Tabak rauchen

Egal, wie lange Sie schon rauchen:

1 Jahr nicht Rauchen halbiert ihr Risiko für Schlaganfall und Herzinfarkt

5 Jahre nicht Rauchen = Risiko entspricht dem eines Nichtraucherers





# Was können **Sie** tun?

---



## Keinen übermäßigen Alkohol

*Geringe regelmäßige Mengen reduzieren Risiko ???*

# Was können **Sie** tun?

---



**Übergewicht abbauen**  
Risiko 1,5x erhöht

# Was können Sie tun?

---

## Sportliche Betätigung



Risikosenkung durch 15 Minuten am Tag

|                   |      |
|-------------------|------|
| Schlaganfälle     | -12% |
| Herzleiden        | -25% |
| Gefäßerkrankungen | -19% |
| Krebs             | -10% |
| Diabetes          | -11% |

Wen CP et al. Minimum amount of physical activity for reduced mortality and extended life expectancy: a prospective cohort study. Lancet 2011; 378: 1244–53.



# Allen Risiken optimiert begegnen !!!

Fragebogen des

„Verein zur Förderung der  
Neurologie Recklinghausen e.V.“

„Wie ist Ihr persönliches  
Schlaganfallrisiko?“

[www.foerderung-neurologie-  
recklinghausen.de](http://www.foerderung-neurologie-recklinghausen.de)

Ihr Exemplar  
zum Mitnehmen!



# NeuroCentrum

Ausgabe 5 / Januar 2012

Zeitung des NeuroCentrums  
im Klinikum Vest

## Inhaltsverzeichnis

|   |
|---|
| Seite 1 - 3   |
| Dem Schlaganfall<br>zuvorkommen                                     |
| Seite 4/5   |
| Die Casemanagerin<br>und die Assistentin des<br>ärztlichen Dienstes |
| Seite 6/7   |
| Das Schädel-Hirn-Trauma   |
| Seite 8   |
| Das Patientenporträt  |
| Seite 9   |
| Nummern für den Notfall   |
| Seite 10/11   |
| Motorische Rehabilitation   |
| Seite 12  |
| Das NeuroCentrum  |

## Kooperationspartner des NeuroCentrums

Klinik für Neurologie  
und klinische Neuro-  
physiologie  
St. Marien-Hospital  
Borken GmbH  
Prof. Dr. med.  
Hermann Menger

Klinik für Neurologie  
Knappschaftskranken-  
haus Bottrop  
Dr. med. Reinhold Dux

## Dem Schlaganfall zuvorkommen

*Risikofaktoren in den Griff bekommen*

In Deutschland erleiden etwa 250 000 Menschen pro Jahr einen Schlaganfall. Dieser ist nach Herzinfarkten und Tumorerkrankungen die dritthäufigste Todesursache. Darüber hinaus ist der Schlaganfall die häufigste Ursache für eine bleibende Behinderung. Dabei lassen sich die meisten beeinflussbaren Risikofaktoren für einen Schlaganfall in den Griff kriegen.

**Welche Risikofaktoren für einen Schlaganfall gibt es?**

Es gibt zwei Arten von Risikofaktoren. Zum einen sind da die nichtbeeinflussbaren Risiken für einen Schlaganfall wie das Alter oder das Geschlecht. Auch familiäre Belastungen gehören in diese Kategorie, sie spielen für das Schlaganfallrisiko aber eine nur sehr geringe Rolle. Zum zweiten gibt es die be-

einflussbaren Risiko-  
faktoren.

**Welche sind das? Und wie lassen sie sich reduzieren?**

Den Stellenwert behandelbarer Risikofaktoren in der Vorbeugung hat kürzlich die sogenannte Inter-Stroke-Studie anhand der Daten von 3 000 Schlaganfallpatienten untersucht (O'Donnell et al 2010). In dieser Studie wurden neun Risikofaktoren ausge-

macht, die für rund 90 Prozent aller Schlaganfälle eine Rolle spielen, die durch Minderdurchblutung des Gehirns entstehen.

**Was genau lässt sich über diese beeinflussbaren Risikofaktoren im Einzelnen sagen?**  
Ein Überblick:

### 1. Bluthochdruck

Ein Bluthochdruck erhöht das Schlaganfallrisiko um das 2,37-fache. Wenn der

Blutdruck über 160/90 mmHg liegt, steigt der Risikofaktor sogar auf 3,14. Im ersten Fall gehen 31,5 Prozent aller Schlaganfälle, im zweiten Fall 45,3 Prozent auf den Faktor Bluthochdruck zurück.

### 2. Rauchen

Rauchen erhöht das Schlaganfallrisiko um den Faktor 2,32. Dabei ist es nahezu egal, wie viele Zigaretten jemand täglich raucht.

# Zertifikat

Die LGA InterCert Zertifizierungsgesellschaft mbH bescheinigt, dass die Stroke Unit



**Klinikum Vest**  
Betriebssteil Knappschaftskranken-  
haus Recklinghausen  
Klinik für Neurologie und klinische  
Neurophysiologie

Dorstenerstraße 151,  
45657 Recklinghausen,  
Deutschland

nach dem Qualitätsstandard  
der Deutschen Schlaganfall-Gesellschaft und  
der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe  
ein

Qualitätsmanagement-System  
für eine Überregionale Stroke Unit mit 11 Betten



eingeführt hat und anwendet.

Durch das Qualitätsaudit der Zertifizierungsgesellschaft wurde der Nachweis erbracht,  
dass dieses Qualitätsmanagementsystem dem Qualitätsstandard entspricht.

Dieses Zertifikat trägt die Registriernummer 1923101 und ist bis zum 17. Januar 2016 gültig.  
Nürnberg, 6. März 2013

**Das NeuroCentrum wurde 2010  
als erstes interdisziplinäres  
Behandlungszentrum für**

**Neurologie  
Neurochirurgie  
Neuroradiologie  
in Deutschland nach der  
DIN EN ISO 9001:2008  
zertifiziert**

Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft  
Prof. Dr. med. Darius G. Nabavi

LGA InterCert GmbH  
Andrea Sterl

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe  
Dr. Brigitte Mohn

**Das NeuroCentrum wurde 2013 als eines von  
16 interdisziplinären Behandlungszentren in Deutschland  
zertifiziert zum**

# **Neurovasculären Zentrum**

**von**

**Deutsche Schlaganfallgesellschaft**

**Deutsche Gesellschaft für Neurologie**

**Deutsche Gesellschaft für Neurochirurgie**

**Deutsche Gesellschaft für Neuroradiologie**

# Bleiben Sie gesund.

