



**Special
Olympics**
Deutschland



Informationen in Leichter Sprache

Ein Schlaganfall ist eine Erkrankung des Gehirns.
Dabei bekommt das Gehirn zu wenig Blut
und Teile des Gehirns können nicht richtig arbeiten.
Dadurch funktioniert der Körper nicht mehr gut.
Es kann zu einer Behinderung kommen.
Ein Schlaganfall kann auch lebensgefährlich sein.
Darum ist schnelle ärztliche Hilfe notwendig.
Eine schnelle Behandlung kann Leben retten
und eine Behinderung verhindern.



Foto: www.pixabay.com

Ein Schlaganfall passiert plötzlich
wie ein Schlag.
Daher kommt der Name: Schlaganfall.
Diese Information richtet sich an alle Menschen,
die sich über die Erkrankung informieren wollen.
Hier finden Sie Antworten auf viele Fragen.
Zum Beispiel:

- Wie kommt es zu einem Schlaganfall?
- Was sind die Anzeichen?
- Was können Sie im Notfall tun?

Wie kommt es zu einem Schlaganfall?

Damit das Gehirn arbeiten kann,
braucht es Sauerstoff und Nährstoffe.
Sauerstoff und Nährstoffe bekommt
das Gehirn mit dem Blut.
Blut-Gefäße bringen das Blut zum Gehirn.
Ist diese Versorgung unterbrochen,
kommt nicht genügend Blut im Gehirn an.
Dadurch können Teile des Gehirns geschädigt werden.
Das kann kleine oder große Teile des Gehirns betreffen.
Dann liegt ein Schlaganfall vor.

Es gibt 2 Gründe für einen Schlaganfall:

1. Ein häufiger Grund ist ein
verengtes oder verstopftes Blut-Gefäß.
Zum Beispiel durch kleine Teilchen aus Kalk und Fett.
Dann kann nicht genügend Blut
durch die Blut-Gefäße fließen.
In Teilen vom Gehirn kommt zu wenig Blut an.
Die betroffenen Teile werden geschädigt.
2. Manchmal platzt oder reißt ein Blut-Gefäß.
Dann kommt es zu einer Blutung.
Dadurch steigt der Druck im Gehirn.
In Teilen vom Gehirn kommt zu wenig Blut an.
Die betroffenen Teile werden geschädigt.

Wer ist besonders gefährdet?

Jeder Mensch kann einen Schlaganfall bekommen.

Doch bei manchen Menschen ist die Gefahr größer als bei anderen.

Ihr Risiko für einen Schlaganfall ist höher,

- wenn Sie über 60 Jahre alt sind,
- wenn ein Elternteil oder Geschwister einen Schlaganfall hatte,
- wenn Sie zum Beispiel hohen Blutdruck oder Diabetes (Zucker-Krankheit) haben,
- wenn Sie rauchen,
- wenn Sie übergewichtig sind,
- wenn Sie sich wenig bewegen,
- wenn Sie viel Alkohol trinken,
- wenn Sie dauerhaft Stress haben.

Was sind die Anzeichen?

Die Anzeichen für einen Schlaganfall sind unterschiedlich.

Die Beschwerden sind meist nur auf einer Körperseite.

Diese Anzeichen können auftreten:

- ein Arm oder Bein ist plötzlich ganz schwach oder gelähmt
- eine Seite vom Gesicht ist gelähmt
- Probleme beim Sprechen oder Gehen
- gestörtes Sehen, doppelte Bilder
- Schwindel
- starke Kopfschmerzen

Wie können Sie einen Schlaganfall schnell erkennen?

Wenn ein Schlaganfall vermutet wird,
kann ein Schnell-Test helfen.

Dieser heißt FAST-Test.

FAST ist eine Abkürzung und steht für die englischen Wörter:

- Face, auf Deutsch Gesicht
- Arms, auf Deutsch Arme
- Speech, auf Deutsch Sprache
- Time, auf Deutsch Zeit

Für den Test bitten Sie die betroffene Person:

1. zu lächeln.
2. beide Arme nach vorne auszustrecken.
Dabei sollen die Handflächen nach oben zeigen.
3. einen einfachen Satz nachzusprechen.

Wer Probleme mit diesem Test hat,
der kann einen Schlaganfall haben.

Hinweise auf einen Schlaganfall können auch sein:

- ein Mundwinkel zeigt nach unten
- ein Arm sinkt herab
- die Person spricht plötzlich sehr undeutlich

Dann rufen Sie sofort den **Notruf 112**.

Der Anruf ist kostenlos.

Was können Sie im Notfall tun?

Sie können der Person helfen,
bis die Rettungskräfte da sind.
Lassen Sie die Person **nicht** allein.
Sorgen Sie für Ruhe.
Versuchen Sie, die Person wachzuhalten.

Lockern Sie enge Kleidung.
Versuchen Sie, Mund und Nase freizuhalten.
Geben Sie der Person **nichts** zu essen und **nichts** zu trinken.
Geben Sie auch keine Medikamente.
Die Person könnte sich sonst verschlucken.

Wenn Sie können,
beobachten Sie die Beschwerden genau.
Am besten schreiben Sie genau auf,
was Sie beobachten.
Schreiben Sie auch die Zeit auf,
wann die Beschwerden angefangen haben.
Das sind wichtige Informationen für die Rettungskräfte.



Foto: www.pixabay.com

Wie läuft die Behandlung ab?

Die Rettungskräfte beginnen sofort mit der Behandlung.
Dann kommt die Person in ein Krankenhaus.
Einige Krankenhäuser haben Spezial-Abteilungen
für Menschen mit einem Schlaganfall.

Im Krankenhaus suchen die Ärztinnen und Ärzte zuerst
nach der Ursache für den Schlaganfall.
Dabei hilft eine **Computer-Tomografie (CT)**
oder eine **Magnet-Resonanz-Tomografie (MRT)**.
Diese Geräte machen Bilder vom Gehirn.
Dadurch kann die Ärztin oder der Arzt sehen,
was im Gehirn genau passiert ist.

Die Behandlung richtet sich nach der Ursache
für den Schlaganfall.
Wenn ein Blut-Gefäß verengt oder verstopft ist,
wird das Blut-Gefäß wieder frei gemacht.
Das geht mit Medikamenten oder einem dünnen Schlauch.
Der Fachbegriff dafür ist Katheter.

Wer einen Schlaganfall hatte,
kann einen weiteren bekommen.
Deshalb geht die Behandlung weiter
nach dem Aufenthalt im Krankenhaus.

Welche Folgen kann ein Schlaganfall haben?

Die Folgen von einem Schlaganfall können unterschiedlich sein.

Folgende Beschwerden können auftreten:

- Probleme, sich Dinge zu merken
- Probleme, sich zu konzentrieren
- eine Körperseite ist gelähmt
- Muskeln sind verkrampft und schmerzen
- Laufen, Sprechen oder Schlucken fallen schwer

Nach einem Schlaganfall haben manche Personen wenig Beschwerden. Andere haben starke Beschwerden.

Dann brauchen sie Hilfe und Behandlungen.

Unter anderem kann man an einer Reha teilnehmen.

Dort gibt es verschiedene Behandlungen.

Zum Beispiel Übungen:

- für das Sprechen
- für das Gedächtnis
- für Bewegungen, etwa Stehen oder Gehen

Die Übungen können helfen,
mit den Folgen besser zurechtzukommen.



Foto: www.pixabay.com

Wer hat dieses Informations-Blatt gemacht?

Dieses Informations-Blatt ist vom

Ärztlichen Zentrum für Qualität in der Medizin, kurz ÄZQ.

Das ÄZQ ist eine Gruppe von Fachleuten für Gesundheit.

Die Informationen auf diesem Blatt sind zuverlässig und aktuell.

Mehr über das ÄZQ erfahren Sie unter:

www.patienten-information.de

Oder Sie schreiben dem ÄZQ eine E-Mail an:

patienteninformation@azq.de

Für die Texte in Leichter Sprache arbeitet das ÄZQ

zusammen mit Special Olympics Deutschland, kurz SOD.

SOD ist die größte Sport-Organisation

für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung.

SOD kennt sich besonders gut aus

mit Sport und Gesundheit bei Menschen mit geistiger Behinderung.

Mehr Informationen zum Thema Gesundheit in Leichter Sprache

finden Sie unter: www.gesundheit-leicht-verstehen.de

Den Original-Text zu diesem Informations-Blatt

finden Sie unter: [Schlaganfall – Schnell erkennen und richtig handeln — Patienten-Information.de](#)

Stand: Juli 2024