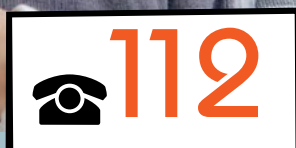


Schlaganfall – ein Notfall!



Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V.



Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

auch wenn wir wie der kleine Prinz »mit dem Herzen sehen« und »frisch von der Leber weg reden«, unsere Persönlichkeit sitzt im Gehirn. Deshalb ist für viele Menschen eine Krankheit, die das Gehirn schädigt, eine besonders schlimme Vorstellung. Und so ist der Schlaganfall ein Thema, über das die meisten Menschen lieber nicht nachdenken möchten. Das sollten sie aber!

Denn heute können viele Schlaganfälle gut behandelt werden, wenn nach den ersten Anzeichen schnell reagiert wird.

Wir, die Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V., möchten mit dieser Broschüre

grundlegende Informationen zum Schlaganfall, dessen Ursachen, seinen Auswirkungen und seiner Behandlung vermitteln. Dadurch möchten wir den Blick für dessen Anzeichen schärfen und Ihnen helfen, Ihr persönliches Risiko so gering wie möglich zu halten. Außerdem finden Sie in dieser Broschüre viele nützliche Tipps für den Notfall und die Versorgung speziell in Dortmund. So hoffen wir zu erreichen, dass jeder Beteiligte im Notfall angemessen reagieren und durch einen schnellen Notruf sogar Leben retten kann. Denn bei Schlaganfällen gilt vor allem eines:

Zeit ist Hirn!

Sollten Sie dennoch weitere Fragen rund um das Thema Schlaganfall haben, zögern Sie nicht, uns zu fragen. Wir helfen Ihnen gerne weiter (Tel 0231 953-21810, E-Mail Schlaganfall-Hilfe_Dortmund@klinikumdo.de).

Ihr Gernot Rudel

1. Vorsitzender Schlaganfall Hilfe-Dortmund e.V.

© Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V. 2014 (Stand April 2014)

Über uns

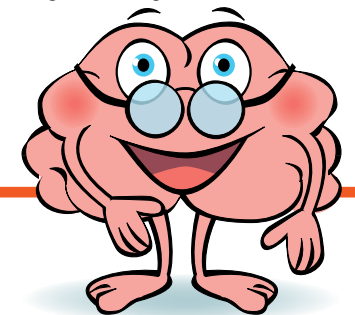
Die Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V. wurde im Mai 1998 auf Initiative von Herrn Dr. Lincke, ehemaliger Chefarzt der Neurologischen Klinik des Städtischen Klinikums Dortmund, in enger Zusammenarbeit und im Konsens mit allen Dortmunder internistischen Kliniken, weiteren ärztlichen Kollegen, die sich insbesondere mit der Schlaganfallbehandlung beschäftigten, sowie interessierten Laien gegründet, um eine Verbesserung der Versorgung der Patienten zu erreichen.

Vorrangiges Ziel der Schlaganfall-Hilfe Dortmund ist die Aufklärung von Laien über Symptome und Behandlung des Schlaganfalls, um eine schnellere und bessere Versorgung von Schlaganfallpatienten zu erreichen.

Ein weiterer Schwerpunkt besteht in der Fort- und Weiterbildung der ärztlichen Kollegen und einer Strukturierung der Zusammenarbeit der verschiedenen Krankenhäuser und Fachrichtungen, die an der Schlaganfallversorgung in Dortmund beteiligt sind. Dies mündete letztendlich in Zusammenarbeit mit dem Rettungsdienst der Feuerwehr Dortmund in einem über die Stadtgrenzen hinaus vorbildlichen Konzept zur Verteilung der Patienten auf die für sie am besten geeigneten Krankenhäuser der Region.

Daher führen wir regelmäßig verschiedene Aktionen rund um das Thema Schlaganfall durch:

- »Tag des Schlaganfalls« unter Schirmherrschaft des Oberbürgermeisters der Stadt Dortmund (10. Mai)
- Vortragsreihe zum Thema Schlaganfall jeden 1. Mittwoch im Monat im Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21, 44141 Dortmund (Winter und Sommerpause, siehe aktuelle Bekanntmachungen)
- Aufkleber »Schlaganfall – ein Notfall« auf Rettungsfahrzeugen, Bussen und Taxis
- Lehrfilme »Symptome eines Schlaganfalls« (Kooperation: Offener Kanal/Florian TV, Theater Dortmund), die auf unserer Homepage angesehen werden können





Was wissen Sie über den Schlaganfall?

Finden Sie jetzt schon die Begriffe (waagrecht und senkrecht), die wir in dieser Broschüre erläutern werden?

L	S	C	H	L	A	G	A	N	F	A	L	L	K	D	S	L
A	N	K	E	E	A	E	O	W	E	S	V	O	A	K	A	U
S	E	M	I	A	P	H	W	E	A	C	H	X	G	R	E	E
J	R	B	O	U	M	I	Y	V	L	F	D	F	P	J	Z	K
H	V	Q	U	N	A	R	E	I	V	S	W	A	G	I	T	T
I	E	D	A	H	D	N	D	R	I	L	A	S	P	P	T	I
L	N	U	P	L	S	D	O	R	T	M	U	N	D	A	S	L
V	Z	U	I	L	E	B	A	T	X	V	A	S	L	T	O	L
N	E	S	R	A	E	I	D	S	F	O	C	H	R	I	I	E
Y	L	A	L	U	N	W	H	K	A	A	H	I	W	E	E	H
C	L	H	G	D	H	A	I	L	L	S	L	A	E	N	T	G
X	E	U	P	B	R	S	T	I	O	F	B	L	U	T	P	O
E	N	K	R	A	N	K	E	N	H	A	U	S	S	K	H	T
G	G	M	J	L	C	R	G	D	I	E	A	A	H	I	L	F

1. SCHLAGANFALL
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____

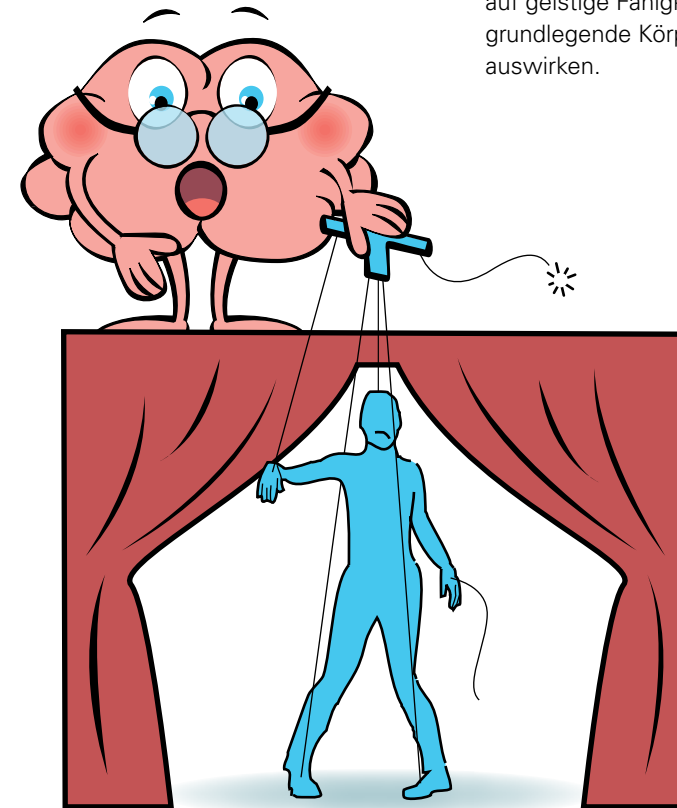
Die Lösungen finden Sie auf Seite 27



Was ist ein Schlaganfall?

Der Schlaganfall oder Hirninfarkt bzw. -blutung ist in Europa neben dem Herzinfarkt und Krebserkrankungen die dritthäufigste Todesursache. Er ist aber vor allem die häufigste Ursache für neue Behinderungen im Erwachsenenalter. In Dortmund sind jedes Jahr etwa 3.000 Patienten von einem Schlaganfall betroffen, im Ruhrgebiet etwa 27.000 und in ganz Deutschland sogar 250.000.

Aber was ist ein Schlaganfall überhaupt? Ein Schlaganfall zeigt sich durch eine plötzlich einsetzende Störung der Gehirnfunktion. Das kann gravierende Folgen haben, denn unser Gehirn hat sehr vielfältige Aufgaben, von der Speicherung von Wissen und Erinnerungen bis zur Steuerung bewusster und unbewusster Funktionen des Körpers (z.B. das Gehen und die Atmung). Daher kann ein Schlaganfall sich sowohl auf geistige Fähigkeiten als auch auf grundlegende Körperfunktionen auswirken.





Was geschieht bei einem Schlaganfall?

Bei einem Schlaganfall wird ein Teil des Gehirns plötzlich nicht mehr ausreichend mit Blut versorgt. Dies kann zwei Ursachen haben:

1. In den meisten Fällen (bei 8 von 10 Patienten) handelt es sich um eine Verringerung oder Unterbrechung der Blutzufuhr zum Gehirn. Die Ursache hierfür kann ein Blutgerinnsel aus den Hirngefäßen selbst, dem Herzen oder den vom Herzen abgehenden großen Gefäßen sein. Man spricht von einer Thrombose, wenn das Blutgerinnsel an dem Ort entstanden ist, an dem es das

Gefäß verschlossen hat. Eine Embolie ist ein von einem anderen Ort verschlepptes Gerinnsel.

2. In den anderen Fällen reißt ein Blutgefäß im Gehirn und Blut sammelt sich an der betroffenen Stelle.

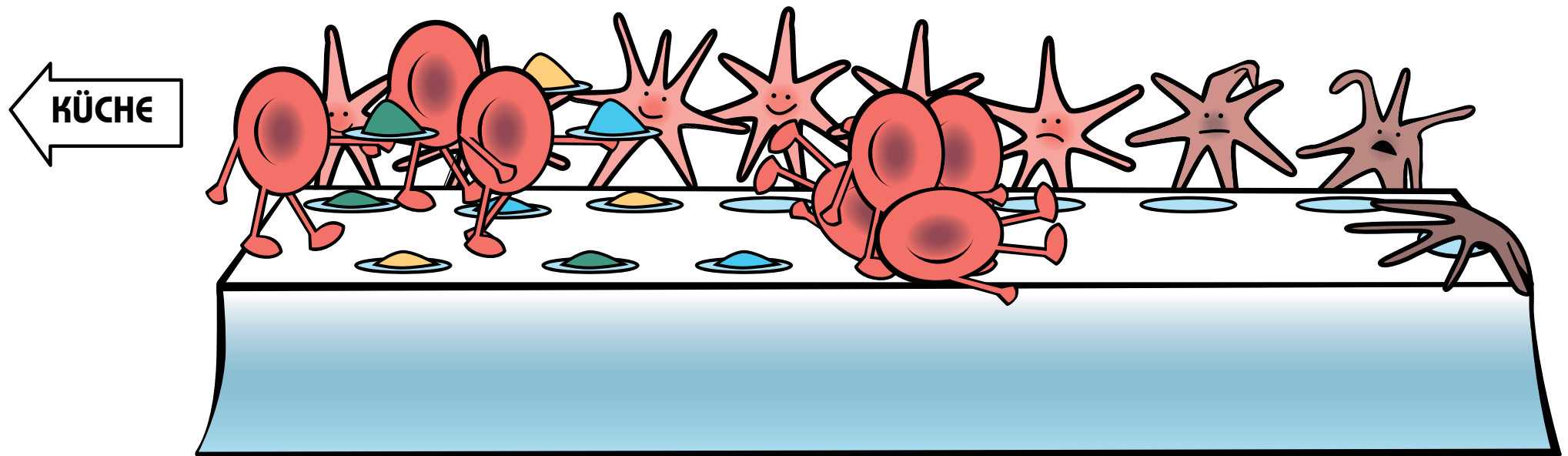
Normalerweise versorgt das Blut die Nervenzellen des Gehirns fortwährend mit Sauerstoff und Nährstoffen. Nervenzellen sind jedoch besonders empfindlich: sie überleben eine Unterbrechung dieser Zufuhr nur für einen sehr kurzen Zeitraum.

Je länger daher die Durchblutungsstörung bei einem Schlaganfall anhält, desto mehr Nervenzellen können absterben. Die betroffenen Bereiche des Gehirns können dann ihre Aufgaben nicht mehr erfüllen. Dies führt zu den erkennbaren Schlaganfallsymptomen.

Solange es den Nervenzellen nur »schlecht geht«, kann eine Behandlung des Schlaganfalls diese Zellen retten. Sind die Nervenzellen jedoch

abgestorben, kann der entstandene Schaden nur unzureichend repariert werden. Aus diesem Grund muss ein Schlaganfall schnell behandelt werden.

Wir haben daher für Dortmund ein Konzept entwickelt, mit dem eine möglichst schnelle Versorgung der Schlaganfallpatienten sichergestellt wird. Mehr Informationen dazu finden Sie auf Seite 19.





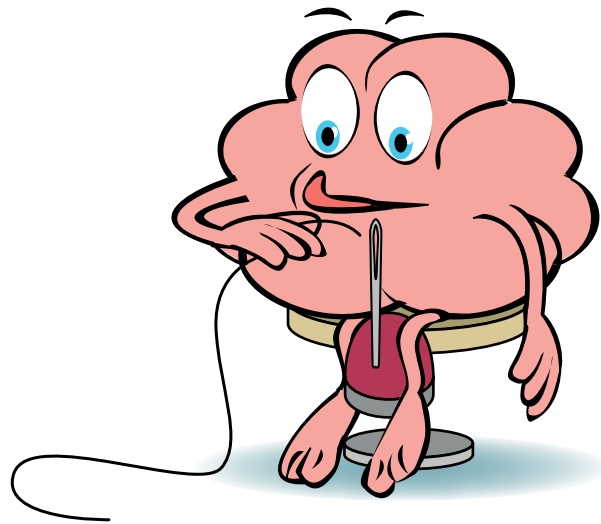
Warum ist ein Schlaganfall so gefährlich?

Wenn durch die Durchblutungsstörung bei einem Schlaganfall die empfindlichen Nervenzellen des Gehirns nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen durch das Blut versorgt werden, sterben sie schon nach kurzer Zeit (teilweise Minuten) ab.

Im Gegensatz zu den meisten anderen Zellen unseres Körpers wachsen Nervenzellen nicht einfach nach. Während eine kleine Verletzung der Haut binnen weniger Tage mit neuen Zellen repariert wird, sind zerstörte Teile des Gehirns unwiederbringlich verloren. Allerdings besteht die Möglichkeit, dass überlebende Nervenzellen die Aufgaben der abgestorbenen Zellen übernehmen. Dies geschieht aber nicht automatisch –

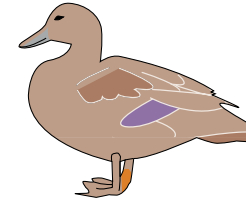
diese Nervenzellen müssen durch lange und konsequente Übung nun ihre neuen Aufgaben erlernen und können diese unter Umständen nie so gut erfüllen wie die abgestorbenen Zellen. Sie bleiben immer »Angelernte«.

Um das Absterben der Nervenzellen zu verhindern, muss das Blut im Gehirn schnell wieder richtig fließen. Wenn ein Blutgerinnsel ein Blutgefäß im Gehirn verstopft hat, können Ärzte im Krankenhaus das Gerinnsel auflösen oder mit einer Art Netz bergen und so die Blutversorgung wiederherstellen. Wenn dies geschieht, bevor allzu viele Zellen abgestorben sind, können dauerhafte Schäden im Gehirn besser verhindert werden.



Gehirnjogging

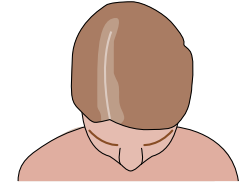
Spielen Sie in diesem Rätsel ein wenig mit Worten und Buchstaben! Was ist hier gezeigt? Ändern Sie die Wörter wie angegeben und setzen Sie die Teile zur Lösung zusammen.



2. ~~E~~

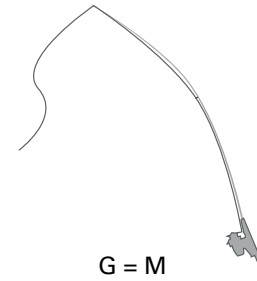


Ü = O 2. L = N

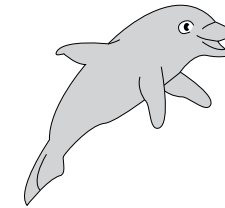


~~SE~~ ~~EL~~

1. Wort: Letzte vier Buchstaben, H = Z. **Lösung:**



G = M

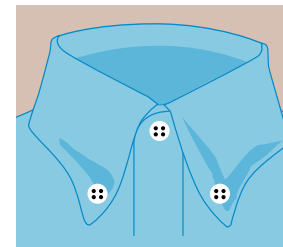


L = F ~~FIN~~

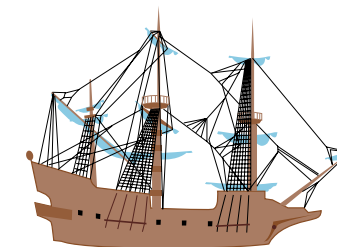


O = I E = T

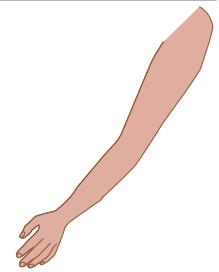
2. Wort: Letzte drei Buchstaben. **Lösung:**



~~K~~ A = E



~~FF~~



~~A~~

3. Wort: Letzte vier Buchstaben, M = N. **Lösung:**

Die Lösungen finden Sie auf Seite 27



Warum kommt es zu einem Schlaganfall?

Es gibt bestimmte Dinge, die es wahrscheinlicher machen, dass Menschen einen Schlaganfall erleiden, sogenannte Risikofaktoren. Diese erhöhen das Risiko, führen aber nicht automatisch zu einem Schlaganfall. Darum ist es zur Vorbeugung eines Schlaganfalls wichtig, jene Risikofaktoren zu beeinflussen, die jeder selbst verändern kann. Doch dazu später mehr (siehe Seite 12).

Die meisten Risikofaktoren begünstigen eine Veränderung der Blutgefäße, die »Arteriosklerose« genannt wird.

Dabei kommt es zu einer Verhärtung und Entzündung der Innenwände der Adern. Als Reaktion darauf entstehen sogenannte »Plaques« an den betroffenen Stellen, ähnlich Wundschorf oder einer Schwellung bei Verletzungen. Wenn die Risikofaktoren über Jahre bestehen, werden manche Plaques instabil und reißen auf. Dann versucht der Körper, die betroffene Stelle wie eine blutende Wunde schnell zu verschließen:

Es bildet sich an der Verletzung ein Blutgerinnsel. Da dies aber nun innerhalb einer Ader passiert, kann diese dabei verstopfen oder gar reißen.

Risikofaktoren für einen Schlaganfall sind:

Hohes Alter

Mit dem Alter funktionieren einige Teile unseres Körpers nicht mehr so gut. So können die Adern eines älteren Menschen deutlich häufiger »Gebrauchsspuren« in Form einer Arteriosklerose zeigen, besonders wenn andere Risikofaktoren wie z.B. Rauchen über viele Jahre auf die Adern eingewirkt haben.

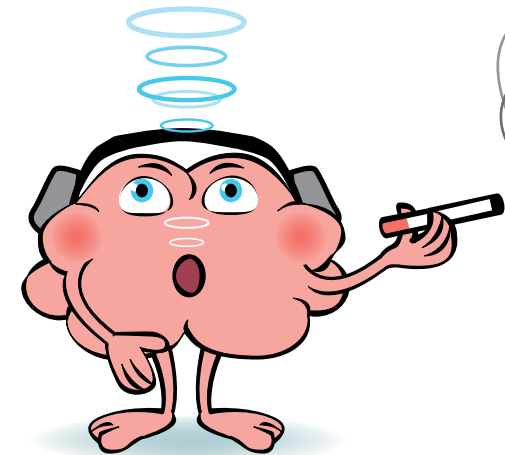
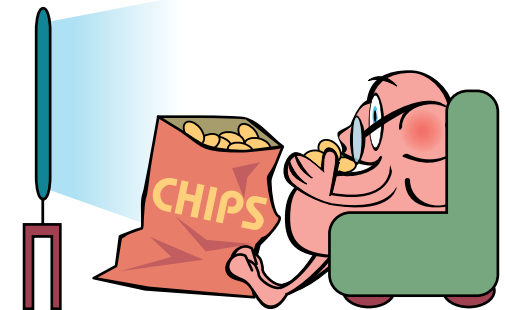


Hoher Blutdruck

Durch einen hohen Blutdruck werden die Wände unserer Adern stärker belastet. Dadurch kommt es häufiger zu kleinen Verletzungen, die eine Arteriosklerose begünstigen. Außerdem reißen Adern unter höherem Druck leichter.

Bewegungsmangel, Übergewicht und Diabetes mellitus

Bewegungsmangel begünstigt Übergewicht und damit einen hohen Blutdruck und Diabetes mellitus. Bei einem Diabetiker schädigt die erhöhte Zuckerkonzentration im Blut die Wände der Adern und es kommt leichter zu einer Arteriosklerose.



Rauchen

Beim Rauchen werden zahlreiche Schadstoffe aufgenommen. Außerdem verengt Nikotin unsere Adern, die darum leichter verstopfen können.

+ Was können Sie tun, um keinen Schlaganfall zu erleiden?

Einige der Risikofaktoren für einen Schlaganfall lassen sich vermeiden, andere nicht: Älter werden wir alle und damit steigt auch mit jedem Geburtstag die Wahrscheinlichkeit, einen Schlaganfall zu erleiden. Trotzdem erleidet nicht jeder automatisch im hohen Alter einen Schlaganfall. Warum nicht? Risikofaktoren können dieses zufällige Ereignis

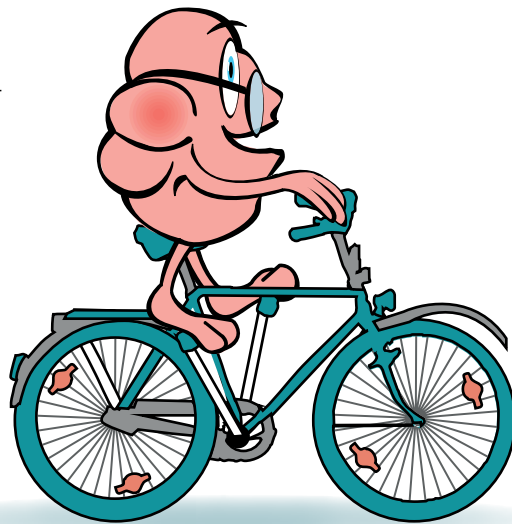
beeinflussen. So steigt das Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden zwar mit jedem Lebensjahr, doch ein gesunder Lebensstil und eine konsequente Behandlung der Risikofaktoren beugt einem Schlaganfall vor. Daher ist es wichtig, bei den Risikofaktoren anzusetzen, die jeder beeinflussen kann.

Gesunde Ernährung

Eine gesunde Ernährung enthält viel Obst und Gemüse, wie z.B. die Mittelmeerkost. Vor allem aber gilt wie so oft: Maß halten! Fett und Zucker zum Beispiel sind nicht grundsätzlich ungesund, sondern sogar wichtig für eine ausgewogene Ernährung. Nur: Heute essen wir leider viel zu viel davon.

Regelmäßige Bewegung

Um gesund zu bleiben, sollte man sich mindestens dreimal in der Woche 30 Minuten so bewegen, dass der Herzschlag deutlich beschleunigt ist. Wer bereits Probleme mit seinem Herz hat, sollte vorher mit seinem Arzt sprechen.



Verringerung von Übergewicht

Wer sein Gewicht senkt, tut sich leichter mit mehr Bewegung, verringert gleichzeitig den Blutdruck und das Risiko, an Diabetes mellitus zu erkranken.



Nicht rauchen

Wer raucht hat im Vergleich zu Nichtrauchern ein etwa zwei- bis dreimal so hohes Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden. Das gilt auch für das Passivrauchen. Wer mit dem Rauchen aufhört, kann das Risiko für einen Schlaganfall viel stärker verringern als mit jedem Medikament.

Eine bestehende Grunderkrankung behandeln

Wer an einer Krankheit leidet, die das Risiko für einen Schlaganfall erhöht, insbesondere hohem Blutdruck und Diabetes mellitus, sollte diese behandeln lassen und die Behandlungsvorschriften seines Hausarztes einhalten. Der Hausarzt nimmt hier eine Schlüsselfunktion ein. Er hat den besten Überblick über Ihre Grunderkrankungen und übernimmt die Koordination Ihrer Behandlung. So kann die Behandlung eines Bluthochdrucks das Schlaganfallrisiko um 30 – 40 % senken und ein strikt eingestellter Blutzuckerspiegel bei Diabetes mellitus um 44 %. Auch nach einem Schlaganfall muss die Behandlung der Grunderkrankungen des Patienten weitergeführt werden. Hier ist ebenfalls der Hausarzt der beste Ansprechpartner. Er kann in Zusammenarbeit mit dem behandelnden Neurologen und gegebenenfalls Kardiologen bzw. Diabetologen des Schlaganfallpatienten die Therapie der Grunderkrankungen und des Schlaganfalls am besten aufeinander abstimmen.

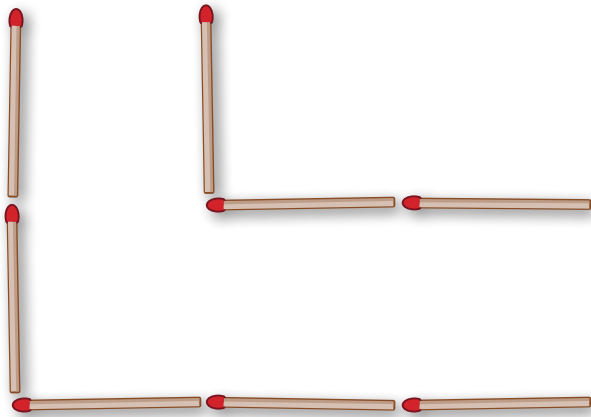


Knobeleyen mit Streichhölzern

- Legen Sie ein Streichholz um, damit die Gleichung stimmt. Das Gleichheitszeichen bleibt dabei unverändert.



- Vor Ihnen liegt die Ruhr, symbolisiert durch die Streichhölzer. Am Ufer finden Sie zwei Bretter, die jeweils so lang sind wie eine Streichholzlänge. Wie können Sie mit diesen beiden den Fluss überqueren, ohne die beiden zu vernageln oder zu verkleben?



Die Lösungen finden Sie auf Seite 27

+ Wie erkennt man sofort einen Schlaganfall?

Mit drei einfachen Fragen können Sie überprüfen, ob eine Person möglicherweise einen Schlaganfall hat:

• Herabhängender Mundwinkel

Bitten Sie den Betroffenen zu lächeln.

Beide Seiten des Gesichts bewegen sich gleich

Beide Gesichtshälften bewegen sich unterschiedlich

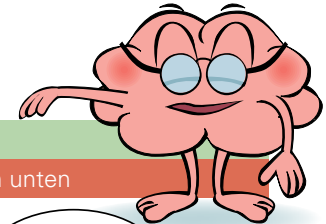


• Ungleiche Bewegung beider Körperhälften

Bitten Sie den Betroffenen, die Augen zu schließen und beide Arme oder Beine auszustrecken.

Beide Arme bzw. Beine bewegen sich gleich

Ein Arm oder Bein bewegt sich nicht oder fällt nach unten



• Sprachstörungen

Lassen Sie den Betroffenen einen einfachen Satz nachsprechen, z.B. »Der Himmel ist blau in Dortmund«.

Der Patient benutzt die richtigen Worte ohne zu nuscheln

Der Patient nuschelt, benutzt falsche Worte oder spricht gar nicht



Mindestens zweimal rot:
Verdacht auf einen Schlaganfall –
sofort Notruf 112!

+ Wie kann ich helfen?

Bei einem Schlaganfall zählt jede Minute! Wenn Sie den Verdacht haben, dass ein Angehöriger oder Bekannter einen Schlaganfall hat, rufen Sie unbedingt einen Notarzt. Die Weiterversorgung sollte dann immer in einer spezialisierten

Klinik mit einer Stroke-Unit (siehe Seite 19) erfolgen, wenn das nicht möglich ist, sollte im Verlauf eine Verlegung hierhin erfolgen. Denn nur hier können viele Folgen eines Schlaganfalls vermieden oder abgeschwächt werden.



Welche weiteren Symptome weisen auf einen Schlaganfall hin?

Unser Schlaganfall-Test auf der vorherigen Seite benennt die drei häufigsten und besonders gut erkennbaren Symptome eines Schlaganfalls. Hier finden Sie eine umfassendere Übersicht der Symptome – auch aus der Sicht des Betroffenen:

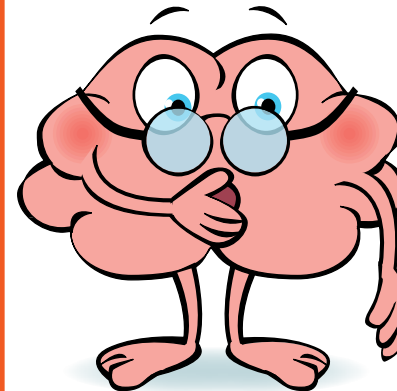
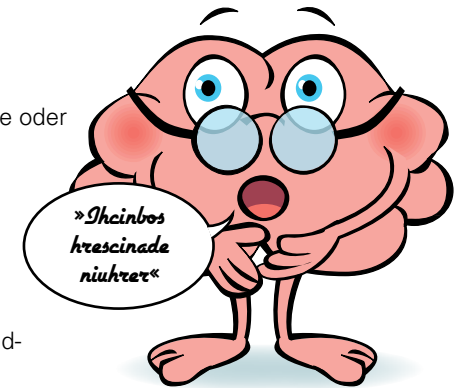
Sehstörungen

- Plötzliche Einschränkung des Gesichtsfeldes, man sieht z.B. nur noch die Hälfte des Fernsehbildschirms
- Vor einem Auge wird es schwarz, sogenannte »Amaurosis fugax«
- Doppelbilder
- Störung des räumlichen Sehens: man kann z.B. Entfernungen nicht mehr richtig einschätzen



Sprachstörungen

- Stockende, abgehackte, verwaschene oder lallende Sprache
- Verdrehen von Silben, Verwenden von falschen Buchstaben, Bilden neuer Wörter
- Schwierigkeiten beim Verständnis anderer, es ist für den Betroffenen so, als ob sein Gegenüber eine Fremdsprache spricht



Lähmungen, Taubheitsgefühl

- Gestörtes Berührungsempfinden, wie bei einem eingeschlafenen Fuß
- Plötzliche Lähmung auf einer Körperseite oder eines einzelnen Körperteils (z.B. einer Hand, der Betroffene lässt z.B. plötzlich ein Glas oder eine Tasse fallen)
- Herunterhängender Mundwinkel
- Unfähigkeit, den eigenen Speichel zu schlucken

Schwindel

Plötzlich auftretender Schwindel, Schwanken, »Fahrstuhlgefühl« oft kombiniert mit einer Koordinationsstörung, der Unfähigkeit zu gehen, Übelkeit und Doppelbildern

Starker Kopfschmerz

Äußerst heftige, abrupt einsetzende und zuvor nicht gekannte Kopfschmerzen, auch in Verbindung mit Übelkeit, Erbrechen oder dem Verlust des Bewusstseins



Wie wird ein Schlaganfall behandelt?

1. Erkennen und Notfallversorgung des Schlaganfalls

Entscheidend in der ersten Phase des Schlaganfalls ist Schnelligkeit. Wenn der Verdacht auf einen Schlaganfall besteht, rufen Sie daher sofort den Rettungsdienst (Notruf 112) und nennen Sie Ihren Verdacht auf einen Schlaganfall! Rettungspersonal und Notärzte sind in Dortmund speziell geschult, überprüfen Ihre Verdachtsdiagnose, leiten die erforderliche Akuttherapie ein und sorgen an Hand eines festgelegten Zuweisungskonzeptes dafür, dass die Patienten unverzüglich in eine Neurologie mit einer Stroke-Unit (Klinikum Dortmund Mitte oder Klinikum Westfalen) gebracht werden.

2. Einlieferung des Patienten ins Krankenhaus

Festgelegte Abläufe für die Einlieferung ins Krankenhaus sorgen dafür, dass zwischen Schlaganfall und Behandlung möglichst wenig Zeit verloren geht (siehe Abbildung rechts).

Im Krankenhaus wird festgestellt, ob der Patient tatsächlich einen Schlaganfall hatte und ob die Ursache ein verstopftes oder gerissenes Blutgefäß ist.

Davon hängt ab, wie der Patient behandelt wird.

3. Akutbehandlung und -diagnostik des Schlaganfalls

Wenn eine Ader im Gehirn von einem Blutgerinnsel verstopft ist, kann es mit speziellen Medikamenten aufgelöst werden – dieses Verfahren heißt Thrombolyse (Thrombus = Gerinnsel, Lyse = Auflösung). Mittlerweile ist es aber auch möglich, an überregionalen, hoch spezialisierten Zentren (in Dortmund am Klinikum Dortmund Mitte) das Gerinnsel mittels eines Katheters direkt aus dem verstopften Gefäß zu entfernen.

Wenn eine Blutung im Gehirn vorliegt und diese operativ behandelt werden muss, erfolgt dies in Dortmund in der Neurochirurgischen Klinik des Klinikums Dortmund Nord. Ist keine Operation erforderlich erfolgt auch hier die Behandlung auf einer der Schlaganfallspezialstationen.

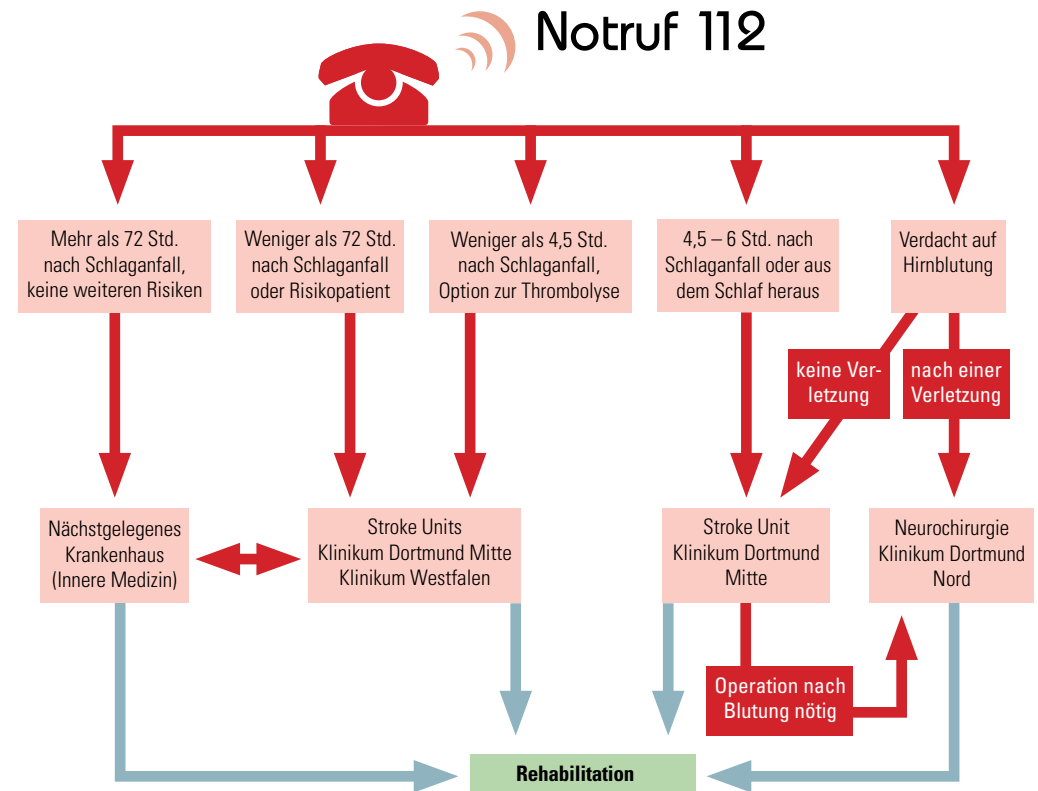
Nach der Akutbehandlung in der Klinik stehen die Suche nach dem Auslöser und die frühe Rehabilitation im Vordergrund.

4. Rehabilitation

Ein wesentlicher Teil der Schlaganfallbehandlung ist der frühe Start der Rehabilitation schon auf der Stroke Unit. Dabei üben Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Logopäden mit dem Patienten gezielt, durch den Schlaganfall

verloren gegangene Fähigkeiten wieder herzustellen. Dies ist besonders wichtig, denn die besten Chancen, verloren gegangene Fähigkeiten schnell wiederzuerlangen, bestehen, wenn früh und konsequent mit der Rehabilitation begonnen wird.

Weg eines Schlaganfallpatienten in Dortmund



+ Wie können Sie einem Schlaganfallpatienten bei der Rehabilitation helfen?

Nachdem die »heiße Phase« des Schlaganfalls überstanden ist, wird damit begonnen, eventuelle Folgeschäden zu behandeln und verloren gegangene Fähigkeiten des Patienten wiederherzustellen (Rehabilitation).

Dazu gehören zum Beispiel Bewegungs- und/oder Sprachtraining mit einem Physiotherapeuten, Ergotherapeuten oder Logopäden.

Als Angehöriger oder Bekannter können Sie hier viel helfen:

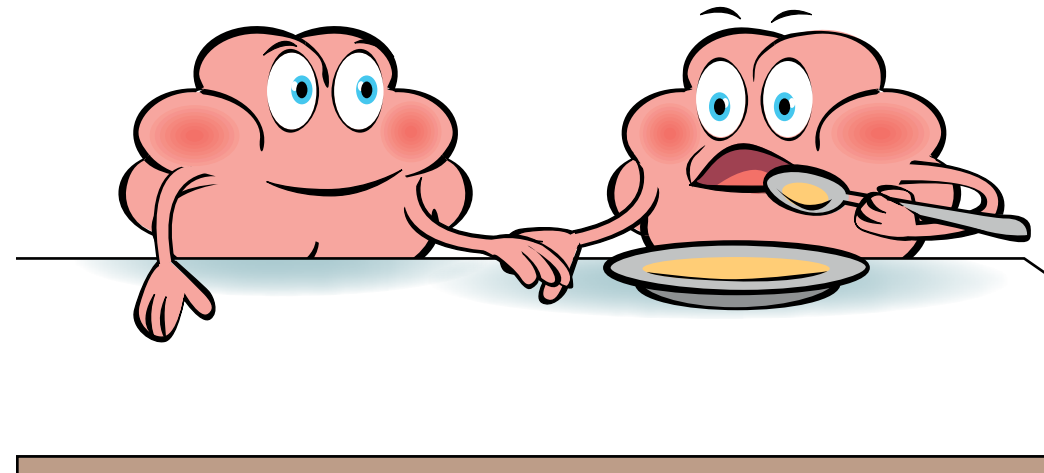
Treffen Sie keine Entscheidungen über den Kopf des Patienten hinweg. Auch wenn Ihr Angehöriger nach einem Schlaganfall vielleicht nur schwer sprechen kann, bedeutet das noch lange nicht, dass er nicht versteht, was um ihn herum geschieht. Haben Sie Geduld, vermitteln Sie ihm, dass er für Sie ein ebenso wertvoller, liebenswerter Mensch ist wie vor der Erkrankung.

Bei einigen Patienten kann der Teil des Gehirns in Mitleidenschaft gezogen worden sein, der Gefühle kontrolliert. Daher kann es sein, dass der Schlaganfallpatient in unpassenden Situationen lacht oder weint. Dies kann für Angehörige sehr belastend sein. Beziehen Sie

in solchen Momenten Wut oder Tränen nicht automatisch auf sich selbst.

Auch wenn Sie sich um Ihren Angehörigen sorgen und ihm helfen wollen, widerstehen Sie der Versuchung, ihm jeden Handgriff abzunehmen oder unvollständige Sätze für ihn zu Ende zu sprechen. Für den Schlaganfallpatienten heißt es vor allem: üben, üben, üben! Der Alltag kann für ihn ein sehr hilfreiches Training sein, verloren gegangene Fähigkeiten zurückzugewinnen. Unterstützen Sie darum Ihren Angehörigen – falls nötig – wenn er vielleicht erschöpft ist oder eine Aufgabe noch nicht allein bewältigen kann. Aber lassen Sie ihm auch regelmäßig die Zeit, etwas allein zu tun.

Motivieren Sie Ihren Angehörigen! Gerade Patienten mit Sprachstörungen trauen sich aus Angst vor Fehlern oft nicht zu sprechen. Darum würdigen Sie auch kleine Erfolge und korrigieren Sie nicht zu viel. Erleichtern Sie auch von Ihrer Seite das Verständnis: Sprechen Sie langsam und deutlich und unterstreichen Sie das Gesagte mit Mimik und Gesten.



???

Gehirnjogging

2	1	4	6	3			9	7
5			7	8	9			1
	7	8			2	3		6
		2		5		9		8
7	3			9			6	4
1		9		2		5		
8	7	9			6	3		
4			2	6	3			5
3	2			7	8	1	4	9

9			7		6			4
	3	6		4	2	8	9	
		2	9	1	8	6	7	
		7	3	6	5			
	6		4	2	9		1	
			1	8	7	5		
	7	3	6	5	4	1		
	5	4	2	9		3	8	
2			8		3			5

2	9		8	7		3	4	1
8	7		1	3				2
	3	4	2		6			8
		1	7	6	2			3
7		2	3	5	8	4		9
3			9	4	1	6		
4			6		9	2	7	
6				2	7		3	4
5	2	7		8	3		9	6

	2	7	8	1				
1	3	8	6	9				
	5		7	4	2	3	8	1
		4	1	5	8	6		
	8	1		2		7	4	
		9	4	3	7	8		
6	1	5	2	7	9		3	
				8	4	1	5	6
				6	1	9	2	

		7	9	8	3		6	
9		3		2	5		1	4
6			1	4			9	
2	5	1		7	9	6	8	3
	7			3			2	
8	3	6	2	5		9	4	7
	6			1	4			9
5	1		7	9		2		6
	9		3	6	2	4		

		2	6	3	8			1
6					7		2	5
	4			9	2	3	8	6
3			4			8		9
4		1	9	8	5	7		3
9		5			6			4
2	5	4	8	6			3	
8	6		7					2
7			2	5	4	6		

i Hilfreiche Adressen in Dortmund

Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V.
 Beurhausstraße 40, 44137 Dortmund
 Schlaganfall-Hilfe_Dortmund@
 klinikumdo.de
 www.Schlaganfall-Hilfe-Dortmund.de

Selbsthilfegruppen:
**Schlaganfall-Selbsthilfegruppe
 Dortmund-Hörde**
 Hüttenhospital, Dortmund-Hörde
 Am Marksbach 28, 44229 Dortmund
 Treffen: mtl. letzter Donnerstag,
 17.00–18.30 Uhr
 www.flummy.npage.de/

**Selbsthilfe für Aphasie-Betroffene
 und Angehörige**
 Hüttenhospital, Dortmund Hörde
 Am Marksbach 28, 44269 Dortmund
 Tel1 0231 4619533, Tel2 0231 4619453
 Treffen: mtl. erster Donnerstag (Tages-
 klinik des Hüttenhospitals Eingang
 Alemannenstraße), 17.00–19.00 Uhr

**Verein für Schlaganfallbetroffene und
 gleichartig Behinderte für Dortmund
 und Umgebung e. V. (VSGB)**
 Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische
 Straße 21, 44141 Dortmund
 Treffen: mtl. erster Donnerstag,
 17.00–18.00 Uhr. Beratung: mtl. jeden
 2./4. Dienstag, 16.30–17.30 Uhr

**Der Paritätische
 Selbsthilfe-Kontaktstelle Dortmund**
 Friedensplatz 8, 44135 Dortmund
 Angebot: Beratung und Unterstützung
 bei Gruppengründung und Kontaktver-
 mittlung zu bestehenden Gruppen
 Sprechzeiten: Mo, Mi, Fr 9.00–13.00
 Uhr; Mo, Mi, Do 14.00–16.30 Uhr
 Tel 0231 529097, Fax 0231 52090
 www.selbsthilfe-dortmund.de

**Krankenhäuser mit einer Stroke
 Unit:**
**Klinikum Dortmund, Klinikzentrum
 Mitte**
 Beurhausstr. 40, 44137 Dortmund
 (zertifizierte überregionale Stroke Unit
 mit 12 Betten und angeschlossener,
 eigenständiger Intensivstation)
 www.klinikumdo.de

Klinikum Westfalen
 Am Knappschaftskrankenhaus 1
 44309 Dortmund (zertifizierte regiona-
 le Stroke Unit mit 8 Betten sowie eine
 Comprehensive Stroke Unit)
 www.kk-dortmund.de

**Einrichtungen zur Rehabilitation
 von Schlaganfallpatienten:**
**Klinik am Stein – Ambulantes
 Reha-Zentrum Dortmund**
 Feldstraße 77, 44141 Dortmund
 www.ambulantes-rehazentrum
 -dortmund.de

Reha-Zentrum Süd West e.V.
 Kieferstraße 39, 44225 Dortmund

Physiotherapeuten:
Physio Team Schäfer
 Krankengymnastik-Physiotherapie
 Hansbergstraße 7, 44141 Dortmund
 Tel 0231 5554799, Fax 0231 5554798
 hannes.schaefer@t-online.de
 www.physio-team-schaefer.de

Physiotherapie
 Meinolf Wiese
 Eichholzstraße 36, 44289 Dortmund
 Tel 02304 45414, Fax 02304 46633
 info@physioteam-wiese.de
 www.physioteam-wiese.de

Physiotherapie

Privatpraxis Ulbrich und Moh
Markgrafenstraße 34
44139 Dortmund
Tel 0231 1763588
teelke-moh@web.de

Physiotherapie im Rodenberg Center

Alfred Norrenbrock
Rodenbergstraße 59, 44287 Dortmund
Telefon 0231 4441219
norrenbrock@therapie-system.de
www.physio-thera.de

Ergotherapeuten:

Haus der Ergotherapie

K. Hirsch-Gerdes und R. Wesseler GbR
Kreuzstraße 1/4, 44139 Dortmund
Tel 0231 103322, Fax 0231 121276
info@ergohaus.de
www.ergohaus.de

Ergotherapie im Rodenberg Center

Alfred Norrenbrock
Rodenbergstraße 59, 44287 Dortmund
Tel 0231 4441221
norrenbrock@dortmunder-ergotherapie.de (gilt für alle Niederlassungen)
www.dortmunder-ergotherapie.de

Ergotherapie am Brackeler Hellweg

Alfred Norrenbrock
Geleitstraße 1, 44309 Dortmund
Tel 0231 2069166
www.ergo-ruhrgebiet.de

Ergotherapie an der Saarlandstraße

Alfred Norrenbrock
Saarlandstraße 84–86,
44139 Dortmund
Tel 0231 18582565
www.ergo-ruhrgebiet.de

Ergotherapie in Kirchhörde

Alfred Norrenbrock
Hagenerstraße 311, 44229 Dortmund
Tel 0231 97100007
www.ergo-ruhrgebiet.de

Ergotherapiepraxis

Randolf Gieselmann
Evingerstraße 178
44339 Dortmund-Eving
Tel 0231 9887474
info@ergo-do.de (gilt für alle Niederlassungen)
www.ergo-do.de

Ergotherapiepraxis

Helga Jung
Droote 50, 44328 Dortmund-Scharnhorst, Tel 0231 5899565
www.ergo-do.de

Ergotherapiepraxis

Gieselmann und Jung GbR
Wickeder Hellweg 84, 44319 Dortmund
Tel 0231 5655491
www.ergo-do.de

Ergotherapiepraxis

Gieselmann und Jung GbR
Paderborner Straße 26
44143 Dortmund-Körne
Tel 0231- 97766436
www.ergo-do.de

Praxis für Ergotherapie und Rehabilitation

Matthias Zimmer
Innenstadt Dortmund-Ost
Chemnitzerstraße 69, 44139 Dortmund
Tel 0231-1060146
info@zimmer-ergotherapie.net
www.zimmer-ergotherapie.net

Praxis für Ergotherapie und Feldenkrais

Elke Schauer
Harkortstrasse 53, 44225 Dortmund
Tel 0231 4767507, Fax 0231 4767509
feldenkrais.e-schauer@t-online.de

Logopäden:

Sprachtherapeutische Praxis

Dipl.-Pädagoge Thomas Hock
Friedrich-Hölscher-Straße 414
44328 Dortmund-Scharnhorst
Tel 0231 2227681, Fax 0231 2227683
info@logopaedie-hock.de
www.logopaedie-hock.de

Praxis für Sprachtherapie

Gisela Ribbrock
Hermannstraße 17, 44263 Dortmund-Hörde, Tel 0231 4274465
info@sprachtherapie-ribbrock.de
www.sprachtherapie-ribbrock.de

Praxis für Logopaedie und Psychotherapie

Barbara Pleuger und Rolf Dören
Kielstraße 10, 44145 Dortmund-Mitte
Tel 0231 839393, Fax 0231 831053
Amalienstraße 21a, 44137 Dortmund-Mitte, Tel 0231 8417866
Fax 0231 8417868
info@logopaedie-pleuger.de
www.logopaedie-pleuger.de

Praxis für Logopädie

Angelika Krämer
Hohe Straße 61, 44137 Dortmund
Tel 0231 1388313
logopaediekraemer@web.de

Praxis für Sprachtherapie

Dipl.-Pädagoge Stefan Ruppel
In der Meile 5–7, 44379 Dortmund
Tel 0231 969 88 393
Fax 0231 96988392

info@ausgesprochen-gut.de
www.ausgesprochen-gut.de

Logopädische Praxis

Sandra Lis
Deutsche Straße 133, 44339 Dortmund
Tel 0231 8805903, Fax 0231 8805904
mail@sprachtherapie-lis.de
www.sprachtherapie-lis.de

Praxis für Sprachtherapie

Ulrike Meyer-Oschatz
Annenstraße 10, 44137 Dortmund
Tel 0231 142779, Mobil 0173 8502331
ulrike.meyer-oschatz@dokom.net
www.logopaedie-dortmund.de

Gemeinschaftspraxis für Stimm- und Sprachtherapie

Ortrud Koepe, Cerstin Scholz und Sabina Thomsen
Aplerbecker Marktplatz 3
44287 Dortmund
Tel 0231 4422440. gpsst@t-online.de

Praxis für Logopädie

Sabine Lemke
Essener Straße 20, 44139 Dortmund
Tel 0231 1060710
sl@logopaedie-lemke.de
www.logopaedie-lemke.de

Logopädie

Elke Priesterbach
Münsterstraße 3, 44575 Castrop-Rauxel
Tel und Fax 02305 9677522
info@logopaedie-spiesterbach.de
www.logopaedie-spiesterbach.de

Logopädische Praxisgemeinschaft

T. Meyer zu Hörste/S. Geiseler
Behringstraße 70, 44225 Dortmund
Tel 0231 779441
praxis@logopaedie-hombruch.de
www.praxis-hombruch.de

Logopädische Praxis

Brigitte Friedrichs
Markbauernstraße 119
44267 Dortmund
Tel 0231 485112, Fax: 0231 4940496
info@logopaedie-friedrichs.de
www.logopaedie-friedrichs.de

Logopädische Praxengemeinschaft

Brigitte Afhüppe, Peter Herfurth-Jesse,
Horst Janowski
Oberdorfstr. 26, 44309 Dortmund
Tel 0231 9252144 oder -46
Fax 0231 9252145
info@logopadie-afhueppe.de
www.logopaedie-afhueppe.de

Logopädische Praxis Meyer-Hubbert

A. Moers und B. Spindler-Morfeld
Diplom Pädagoginnen/Sprachtherapeutinnen
Mengeder Markt 1, 44359 Dortmund
Tel 0231 331010, Fax 0231 331050
kontakt@meyer-hubbert.de
www.logopaedie-mengede.de

Logopädie und psychosoziale Gesundheit

Alexander Wilhelm
Werner Straße 8, 44388 Dortmund-
Lütgendortmund
Tel 0231 634784, Fax 0231 634784
info@praxis-wilhelm.de
www.praxis-wilhelm.de

Weitere Informationen

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe

Carl-Miele-Str. 210, 33311 Gütersloh
www.schlaganfall-hilfe.de

Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft

Reinhardtstr. 14, 10117 Berlin
www.dsg-info.de

Netzwerk der neurologischen Kliniken im Ruhrgebiet

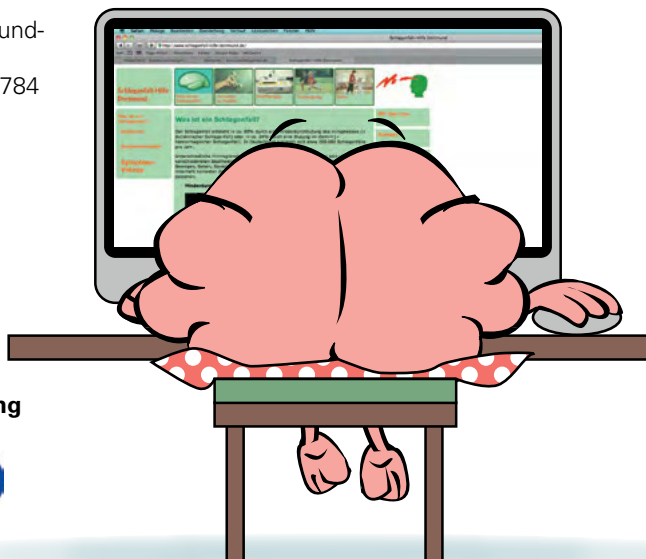
www.ruhrgebiet-gegen-den-schlaganfall.de

Gesundheitsamt der Stadt Dortmund

Hövelstraße 8, 44137 Dortmund
dev.gesundheitsamt.dortmund.de

Seniorenbeirat der Stadt Dortmund

Südwall 2-4, Stadthaus, Zimmer A 801
44122 Dortmund



Mit freundlicher Unterstützung
der Signal Iduna

SIGNAL IDUNA 

Lösungen

Seite 4:

Waagrecht: Schlaganfall, Dortmund, Blut, Krankenhaus
Senkrecht: Nervenzelle, Gehirn, Patient

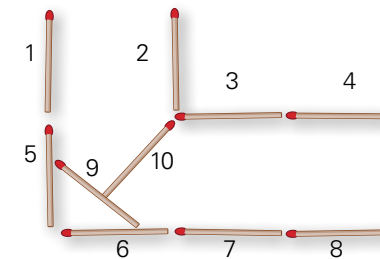
Seite 9:

1. Wort: Entschlossenheit => Zeit
2. Wort: Anmeldefrist => Ist
3. Wort: Regenschirm => Hirn

Seite 14:

Oben: IX + I = X

Unten:



Sie möchten unsere Arbeit mit einer freiwilligen Spende unterstützen?

Ja, ich möchte dem Förderverein

»Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V.« auf folgende Weise helfen:

- Als Förderer des Vereins mit
 - einer Einmalspende von€
 - einer jährlichen Spende von€
- Als Mitglied des Fördervereins mit einem Jahresbeitrag von 50 €

Alle Spenden werden durch eine Spendenquittung bestätigt und sind steuerlich absetzbar. Die Mitgliedschaft beinhaltet keinerlei Verpflichtungen, der Austritt aus dem Förderverein ist jederzeit möglich.

Spendenkonto: Sparkasse Dortmund

IBAN: DE52 4405 0199 0001 2233 30, SWIFT-BIC: DORTDE33XXX

.....
Datum

.....
Unterschrift

Mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Dortmund



Entgelt
zahlt
Empfänger

Deutsche Post 

ANTWORT

Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V.
Gernot Rudel
Leitender Arzt der »Stroke-Unit«
und neurologischen Intensivstation
der Klinikum Dortmund gGmbH
Beurhausstraße 40
44137 Dortmund

