

# Hirnschlag – richtig reagieren im Notfall



Wie reagiert man richtig, wenn man als Betroffener selbst oder als Angehöriger einen Notfall hat? Bei einem plötzlichen Hirnschlag entscheidet ein Element alles: die Zeit. Innerhalb von wenigen Minuten kann ein Hirnschlag das Leben eines Menschen und seines Umfeldes komplett verändern und auf eine harte Probe stellen.

Der Schlaganfall oder Hirnschlag ist dramatisch und kann jeden treffen, auch junge Menschen. Schweizweit erleiden alljährlich ungefähr 16 000 Personen einen Hirnschlag, denn jeder vierte Hirnschlag führt zum Tod. Nach den Herzkrankungen und dem Krebsleiden ist er bereits an dritter Stelle auf der Liste der häufigsten Todesursachen. Gleichzeitig ist der Hirnschlag auch der häufigste Grund für eine vorzeitige Invaliderität.

## Aus heiterem Himmel?

Das Ereignis Hirnschlag wird oft mit dem Begriff «aus heiterem Himmel» umschrieben. Es ist aber – entgegen dem weit verbreiteten Irrtum – kein Ereignis, welchem wir wehrlos ausgesetzt sind. Ganz im Gegenteil: Viele Hirnschläge und ihre tragischen Folgen könnten durch besseres Vorbeugen, das Erkennen von sicheren Warnzeichen und dem raschen, richtigen Handeln im Notfall vermieden werden.

## Was ist ein Hirnschlag?

Unser Hirn braucht viel Energie, damit es Leistung bringen kann, ähnlich wie ein Motor, braucht es zwar kein Benzin, aber Nährstoffe wie Sauerstoff und Zucker, welche durch das Blut zugeführt werden. Zum Hirnschlag kommt es, wenn die Blutzufuhr in einem Bereich des Hirns unterbrochen wird und dadurch die Nervenzellen im betroffenen Abschnitt zu wenig oder gar keine Sauer- und Nährstoffe zugeführt werden können. Wird die Blutversorgung nicht innerhalb weniger Minuten wieder hergestellt, werden die Nervenzellen geschädigt oder sie gehen zugrunde.

## Prävention und Risikofaktoren

Wir können Durchblutungsstörungen zumindest teilweise verhindern, indem wir eine Vermeidung durch unser Verhalten günstig beeinflussen. Bluthochdruck, Diabetes (Zuckerkrankheit), Herzkrankheit, Rauchen, Übergewicht, Cholesterin (Blutfettwerte), Bewegungsmangel, Alkoholkonsum, Schlafapnoe und Stress sind sowohl beim Hirnschlag als auch bei vielen anderen Krankheitsbildern die 10 grössten Risikofaktoren überhaupt.

## Was tun im Notfall?

### FAST-Check

(Face, Arm, Speech, Time –  
zu Deutsch: Gesicht, Arme, Sprache, Zeit)



**Face** (Gesicht): Bitten Sie die Person zu lachen oder die Zähne zu zeigen. Steht der Mund schief oder hängen die Mundwinkel einseitig herunter?



**Arm** (Arme): Bitten Sie die Person, beide Arme horizontal nach vorne zu strecken, zu heben und die Daumen nach oben zu drehen. Hängt oder fällt einer der Arme runter?



**Speech** (Sprache): Bitten Sie die Person zu sprechen. Ist die Sprache undeutlich oder schwer verständlich?



**Time** (Zeit): Wenn eines oder mehrere dieser Anzeichen auftreten, zögern Sie nicht und alarmieren Sie die Notrufnummer 144. Jede Minute zählt und ist für ein gutes Schicksal des Opfers entscheidend.

Mit dem FAST-Check können Sie Leben retten.  
Geben Sie dieses Wissen weiter.

### Referent: Dr. Martin Liesch

Stellvertretender Chefarzt und Ärztlicher Leiter Notfall  
am Landesspital Vaduz

Text und Bild in Kooperation/mit freundlicher Genehmigung der Schweizerischen Herzstiftung. Weitere Informationen: [www.swissheart.ch](http://www.swissheart.ch)