

**Kurt Gerszi**

Dipl. Mentaltrainer

A-6780 Schruns, Batloggstraße 83a Top 25

Tel.: +43 650 433 1960

kg@strokehero.at

<http://www.strokehero.at>

## **Der Schlaganfall**

*So generalisierend es klingen mag, aber es ist Tatsache. Es kann buchstäblich jeden treffen. Egal, welche Hautfarbe, welche Nationalität oder Religion, welches Geschlecht, welche Lebenseinstellung oder Lebensweise - der Schlaganfall macht keinen Unterschied!*

*Es gibt sehr wohl Risikofaktoren, die man minimieren kann. Zum Beispiel eine ausgewogene Ernährung, wenig bis gar keinen Alkohol, nicht rauchen, keine fetten Speisen, kein übermäßiges Essen, regelmäßige Bewegung respektive regelmäßige körperliche Betätigung. Aber auch das ist keine Garantie, dass einem der 'Schlag', oder eine Gehirnblutung nicht treffen kann.*

*Wenn der Fall eintreten sollte, dann zählen Sekunden!*

*Die Gehirnzellen sterben nach 3 Minuten  
ohne Sauerstoff-Versorgung unwiederbringlich ab!*

**Time is brain! Zeit ist Hirn!**

*Generell möchte ich anmerken, dass ein jeder seine Medikation in der Geldtasche für so einen Fall parat haben sollte!*

➤ **Warum!**

*Der Schlaganfall / die Gehirnblutung treten,  
wie bereits das Wort Schlaganfall aussagt, schlagartig auf!*

*Die so ziemlich erste Aktion der Notärzte, nachdem diese den Patienten stabilisiert haben, ist der Blick in die Geldtasche und die Kontaktaufnahme mit der **Stroke Unit im LKH Feldkirch**. Darum sollte darin unter anderem auch eine genaue Aufstellung mit den einzunehmenden Medikamenten vorzufinden sein. Bei dieser Gelegenheit wird auch die Uhrzeit des Insults, sofern es möglich ist,*

## Kurt Gerszi

Dipl. Mentaltrainer

A-6780 Schruns, Batloggstraße 83a Top 25

Tel.: +43 650 433 1960

kg@strokehero.at

<http://www.strokehero.at>

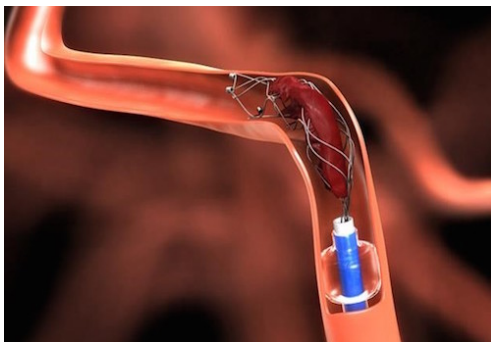
der **Stroke Unit** bekanntgegeben, damit die erforderlichen Schritte vorbereitet werden können. Die eingenommenen Medikamente können unter Umständen eine allfällige Kontraindikation (Gegenanzeige) für die Thrombolyse sein.

### Thrombolyse

Die Thrombolyse ist die medikamentöse Auflösung eines Thrombus (Blutgerinnsels) in einem Blutgefäß, damit die von diesem Gefäß versorgte Hirnregion wieder durchblutet und mit Sauerstoff versorgt werden kann. Dieses Verfahren ist nur bis zu maximal 4,5 Stunden nach Eintritt des Schlaganfalls möglich. Darum ist die genaue Uhrzeit des Eintritts eines Insults wichtig!

Zur Lyse eingesetzte Medikamente bestehen aus Enzymen, die diesen Thrombus bzw. Embolus abbauen können, oder aus Stoffen, die ein körpereigenes Abbauenzym (Plasminogen) aktivieren und somit die Blutbahn wieder frei machen. Sie können intravenös als systemische Lyse und in speziellen Fällen über einen Katheter intraarteriell als lokale Lyse verabreicht werden. Je früher lysiert wird, desto größer die Erfolgschancen <https://de.wikipedia.org/wiki/Thrombolyse>

### Eine weitere Möglichkeit ist die **Thrombektomie**



Zur Thrombektomie wird ein Mikrokatheter mit einem speziellen Stent (siehe Bild) in das thrombosierte Gefäß eingebracht, das Blutgerinnsel wird von diesem Stent umschlossen und dann mit dem Katheter entfernt. Spezialisierte Neuroradiologen schieben von der Leiste aus einen Katheter bis an die Stelle des Gehirns, wo das Blutgerinnsel eine Arterie blockiert hat. Der Katheter durchbohrt den Thrombus und umschließt das Gerinnsel mit einem Stent wie ein Drahtkäfig. Anschließend kann es über einen Hohlkatheter abgesaugt werden.

## **Kurt Gerszi**

Dipl. Mentaltrainer

A-6780 Schruns, Batloggstraße 83a Top 25

Tel.: +43 650 433 1960

kg@strokehero.at

<http://www.strokehero.at>

Allerdings kann ohne Behandlung der Ursache der Embolie ein erneuter Verschluss des Gefäßes auftreten. Die Vorteile der Neurothrombektomie im Rahmen der Schlaganfalltherapie sind so überzeugend, dass diese Behandlungsmöglichkeit flächendeckend in **Stroke Units** 24 Stunden am Tag zur Verfügung stehen sollte. Dies ist im **LKH Feldkirch** der Fall <https://www.dgn.org>

### **Das menschliche Gehirn**

Das menschliche Gehirn besteht aus rund 100 Milliarden Nervenzellen. Jede dieser Zellen ist über mehrere tausend Synapsen mit anderen Zellen verbunden. Unser Denken, Handeln und Fühlen, aber auch unsere Organ- und Körperfunktionen werden durch die synaptische Informationsweitergabe gesteuert – in jeder Sekunde sind es viele Billiarden Impulse <https://www.mpg.de/gehirn>

### **Die möglichen Folgen eines Schlaganfalls**

Leider geht der Schlaganfall in vielen Fällen auch mit einer Körperbehinderung einher. Das heißt, nicht nur die psychische und kognitive Komponente ist zu therapieren, sondern auch die physische. Hinzu kommt, dass dem Schlaganfall der schale Beigeschmack des Stigmas anhaftet.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Die Informationen von Seite 1 bis inkl. Seite 3 setzen sich zusammen aus Beiträgen von Dr. Elisabeth Getzner, Inhalten aus div. Homepages (nach den jeweiligen Beiträgen erwähnt), sowie Beiträgen von Kurt Gerszi

## **Kurt Gerszi**

Dipl. Mentaltrainer

A-6780 Schruns, Batloggstraße 83a Top 25

Tel.: +43 650 433 1960

kg@strokehero.at

<http://www.strokehero.at>

### **Was finde ich für Betroffene/Angehörige ganz besonders wichtig?**

*Mit dem ersten Tag sollte die Zeit der Konsolidierung beginnen. Sowohl für den Betroffenen als auch für die Angehörigen. Ich weiß, dass dies leichter gesagt als getan ist. Trotzdem sollten nun genau solche Aktionen, die eine gehörige Portion Überwindung verlangen, die nächsten Schritte sein!*

*Dabei ist man nicht alleine! Bereits im Krankenhaus bekommt man Hilfestellung durch eine Sozialbetreuerin. Das ist jedoch bei weitem nicht die einzige Hilfe. Eines muss ich jedoch zum allgemeinen Verständnis anführen. Der Betroffene / Angehörige muss aktiv die Hilfestellung anfordern! Die Organisationen / Institutionen können nicht wissen, wer aller Hilfe in Anspruch nehmen möchte respektive Hilfe nötig hat!*

*Nun möchte ich die Organisationen / Institutionen alphabetisch anführen.*

- *aks neurologische Reha*  
<http://www.aks.or.at/fachleute/neurologie/>
- *IfS [Institut für Sozialdienste]*  
<https://www.ifs.at>
- *Sozialministerium Service*  
[https://www.sozialministeriumservice.at/site/Menschen\\_mit\\_Behinderung/Ausbildung\\_Beruf\\_und\\_Beschaeftigung/Beguenstigte\\_Behinderte/](https://www.sozialministeriumservice.at/site/Menschen_mit_Behinderung/Ausbildung_Beruf_und_Beschaeftigung/Beguenstigte_Behinderte/)
- *smo - sozialmedizinische Organisation*  
<http://www.smo.at>

## **Kurt Gerszi**

Dipl. Mentaltrainer

A-6780 Schruns, Batloggstraße 83a Top 25

Tel.: +43 650 433 1960

kg@strokehero.at

<http://www.strokehero.at>

### **Was ist aus meiner Sicht und Erfahrung für Betroffene/Angehörige noch besonders wichtig**

- *Krankheit akzeptieren (Betroffener u. auch Angehöriger)*
- *Hilfe annehmen (Betroffener) / Hilfe geben (Angehöriger)*
- *Rhythmus und Struktur finden und aufbauen (Betroffener)*
- *Reha und Training (Betroffener)*
- *Pausen einlegen um dem Gehirn Zeit zu geben, damit Erlerntes und/oder Wiedererlerntes manifestiert werden kann (Betroffener)*
- *Psychologische Betreuung! Man ist nicht dumm, wenn man psychotherapeutische Hilfe in Anspruch nimmt! Man ist aber stur und dumm, wenn man diese Hilfe verweigert! (Betroffener / Angehöriger)*
- *Selbsthilfegruppe (Betroffener / Angehöriger)*
- *Während der ersten Zeit -> enger Kontakt zur Familie, zu Ärzten, Therapeuten und Freunden (Betroffener)*
- *Teilhabe am täglichen Leben anstreben! Diese ist zwar individuell verschieden, sowie auch abhängig vom Alter und von der Schwere der Krankheit, aber sie gibt dem Leben wieder einen Sinn; (Betroffener)*
- *Reha, trainieren und Teilhabe am täglichen Leben; (Betroffener)*

**„Use it, or lose it! But use it appropriately!“**

**Bis zur letzten Ruhestätte!**

## *Kurt Gerszi*

*Dipl. Mentaltrainer*

*A-6780 Schruns, Batloggstraße 83a Top 25*

*Tel.: +43 650 433 1960*

*kg@strokehero.at*

*http://www.strokehero.at*

### *Was hat mir im Laufe der Zeit geholfen?*

- Dass ich in relativ kurzer Zeit diese Krankheit akzeptiert habe.*
- Dass ich nicht im Entferntesten geahnt habe, wie schwer meine Verletzung ist.*
- Dass ich im Detail auch gar nicht wissen wollte, welche Unzulänglichkeiten ich noch bekommen werde.*
- Dass ich mich auf Infos und Aussagen der Ärzte und Therapeuten gestützt habe (u. nicht auf „Dr. Google!“)*
- Dass ich mich erst nach ein paar Jahren zusätzlich, aber nur durch Konsumieren von Dokus auf sogenannten seriösen TV-Sendern informiert habe; ARTE und 3sat;*
- Dass ich mich auf mich, die Familie, die mich betreuenden Ärzte und Therapeuten, sowie auf meine besten Freunde immer verlassen konnte;*
- Dass ich durch die Musik meine Stimmungen beeinflussen konnte und noch mache -> viele Genres, je nach Stimmung; Barock, Klassik, Musicals der 60er und 70er, Pop der 60er und 70er, Swing, Jazz, Blues, ...*
- Dass ich Teilhabe am täglichen Leben habe; d.h. ich bin in Entscheidungen [Familie, Verein, ... ] eingebunden;*
- Dass ich noch gebraucht werde; ich kann aufgrund meiner ehrenamtl. Tätigkeit [im Verein, in einer Organisation, in einer Firma, ... ] meine Erfahrung weitergeben;*

*Diese Informationen stammen größtenteils aus meiner Feder. Lediglich 3 kleine Teile eines Artikels sind Wikipedia u. der Max-Planck-Gesellschaft entnommen. Der Artikel ist auch unter Mithilfe von Dr. Elisabeth Getzner entstanden.*

## *Kurt Gerszi*

*Dipl. Mentaltrainer*

*A-6780 Schruns, Batloggstraße 83a Top 25*

*Tel.: +43 650 433 1960*

*kg@strokehero.at*

*http://www.strokehero.at*

*Weiters möchte ich festhalten, dass dieser Artikel weder vollständig ist, und die einzelnen Bereiche ausführlicher behandelt werden können, noch darauf besteht die einzig gültige Wahrheit zu sein.*

*Die vorliegende Projektarbeit kann und soll auch, sooft es nur möglich ist, vervielfältigt, weitergegeben und auf eigenen Plattformen veröffentlicht werden. Dies ist mein ausdrücklicher Wunsch!<sup>2</sup>*

*Freundliche Grüße und erfolgreiche Reha*

*Schruns, 7. Juli 2019*



*Kurt*

---

<sup>2</sup> *Ab Seite 4 stammen die Informationen von Kurt Gerszi*