

## SCHLAGANFALL - Die ultimative Herausforderung!

Beim Thema Schlaganfall ist ZEIT einer der wichtigsten Faktoren, der beachtet werden muss, denn je mehr Zeit bis zum Beginn der Behandlung vergeht, desto mehr Nervenzellen sterben im Gehirn unwiederbringlich ab!

Der Grund liegt darin, dass ein Schlaganfall kein statisches Ereignis ist, wie beispielsweise ein Beinbruch. Bricht ein Knochen, ist das zwar sehr schmerzhaft, aber es passiert danach nicht mehr viel. Solange keine Entzündung eintritt wird der Schaden nicht größer. Die umliegenden Knochen werden nicht ebenfalls aus Solidarität plötzlich beginnen durchzubrechen, sondern das Gewebe um den Bruch herum kümmert sich darum, dass der Schaden schnell eingedämmt und die Heilung eingeleitet wird.

Ganz anders jedoch bei einem Schlaganfall!

Die Schäden im Gehirn breiten sich fortlaufend weiter aus! Ähnlich, wie ein Stein, den man in einen Teich wirft und die Wellen des Wassers beginnen, sich weiträumig auszudehnen, geschieht Vergleichbares im Gehirn eines Menschen.

In Anlehnung an den in der Wirtschaft etablierten Spruch „Zeit ist Geld“ hat sich daher in der Medizin der Ausspruch „**Zeit ist Gehirn**“ ausgebildet. Es wird geschätzt, dass in jeder Minute, in der betroffenes Gehirngewebe nach einem Schlaganfall keinen Sauerstoff erhält, weitere **1,9 Millionen Nervenzellen** und **14 Milliarden Synapsen** in der Umgebung des Infarktes absterben (Fassbender et al. 2013).

Für Sie als potenziellen **Ersthelfer und Lebensretter** wird im Folgenden ein Test vorgestellt, der von Medizinern aus dem Bereich der Schlaganfall-Behandlung erstellt wurde und heute bei den meisten Schulungen zur Vorsorge eingesetzt wird. Dieser Test hat sich als überaus effizient erwiesen, einen möglichen Schlaganfall zu erkennen, sodass er sofort angewendet werden sollte, sowie auch nur der Verdacht eines Schlaganfalls aufkommt (Stiftung DSH). Durch seinen einfachen Aufbau kann man sich die Abfolge leicht merken und entsprechend schnell durchführen. Das Akronym „**F A S T**“ (engl. „schnell“), welches aus den Anfangsbuchstaben der vier zu überprüfenden Funktionen gebildet wird, unterstreicht dabei die Dringlichkeit einer unverzüglichen Intervention:

## F - A - S - T

**F** für „**Face**“ (Gesicht):

**Bitten Sie die betroffene Person zu lächeln.**

⇒ Bei einem Schlaganfall kann es zur einseitigen Lähmung der Gesichtsmuskeln kommen, sodass beim Versuch des Lächelns das Gesicht des Betroffenen einseitig verzogen aussieht.

**A** für „**Arms**“ (Arme):

**Bitten Sie die Person, gleichzeitig beide Arme nach vorne zu heben, die Handflächen nach oben gerichtet, die Augen geschlossen, und für einige Zeit diese Position zu halten.**

⇒ Bei einer Lähmung der Muskulatur kann ein Arm nicht gehoben werden bzw. sinkt oder dreht sich, vor allem bei geschlossenen Augen, abwärts.

**S** für „**Speech**“ (Sprechen):

**Bitten Sie die Person, einen einfachen Satz nachzusprechen.**

Zum Beispiel: „Ich benötige keine Hilfe.“

⇒ Der Satz sollte korrekt und deutlich wiederholt werden können, die Sprache sollte dabei nicht verwaschen klingen.

**T** für „**Time**“ (Zeit):

**Bei Verdacht sofort (!!!) einen Notarzt rufen! Zeit ist der entscheidende Faktor, um eventuelle Schäden des Gehirns in Grenzen zu halten!**

⇒ Wenn ein Schlaganfall auftritt, ist die sofortige ärztliche Versorgung notwendig, um ggf. Verstopfungen in den Blutgefäßen aufzulösen oder Blutungen im Gehirn zu stoppen, damit die lebensnotwendige Sauerstoff-Versorgung wiederhergestellt werden kann.

Die erfolgreiche Behandlung eines Schlaganfalls beginnt damit nicht erst im Krankenhaus, sondern bereits beim Erkennen der Symptome - und zwar genau zu dem Zeitpunkt, an dem sie erstmals auftreten!

Durch den entscheidenden Zeitfaktor ist es deshalb auch für gesunde Menschen äußerst wichtig, sich mit dem Thema Schlaganfall auseinanderzusetzen, damit man sofort tätig werden kann. Denn ebenso schnell wie ein Schlaganfall einen Betroffenen überwältigen kann, hängt dessen Überleben plötzlich von den Menschen in seiner direkten Umgebung ab.

Vielleicht also auch einmal **von Ihnen!**

In einem solchen Fall wird man selbst das erste Glied der **Schlaganfall-Rettungskette**, welche über **Leben und Tod** des Kollegen, des Freundes, des Nachbarn oder auch eines völlig Fremden mitentscheidet!

## Der Notruf: OSKAR

Haben Sie die Symptome aus dem FAST-Test überprüft und sind der Meinung es könnte sich um einen Schlaganfall handeln, zögern Sie nicht! Rufen Sie den Rettungsdienst sofort an! Europaweit (inklusive Schweiz), ohne Vorwahl und immer kostenlos gilt die

### **Notfall-Nummer: 112**

Geben Sie wenn möglich die Informationen aus nachfolgender Tabelle an die Rettungsleitstelle weiter. Wenn Sie sich wegen der Anspannung in einer akuten Notfallsituation an die einzelnen Punkte nicht erinnern können, bleiben Sie ruhig. Die/der diensthabende Mitarbeiter/in der Leitstelle wird selbst die Fragen stellen. Es geht nur schneller, wenn Sie die Angaben bereits übermitteln können, sobald sich die Leitstelle meldet.

Im Allgemeinen kennt man diese Liste als die „5 W's“ bei einem Notfall; als einfache Merkhilfe kann man allerdings auch das Akronym „OSKAR“ verwenden, das alle wichtigen Punkte zusammenfasst:

<b>O</b>	<b>Ort</b>	<b>Wo befinden Sie sich?</b>	Der aktuelle Standort des Patienten.
<b>S</b>	<b>Sachlage</b>	<b>Was ist passiert?</b>	Ursache, Art des Notfalls.
<b>K</b>	<b>Kranke</b>	<b>Wie viele Verletzte?</b>	bei nur einem Patienten: ungefähres Alter, Geschlecht und aktueller Zustand.
<b>A</b>	<b>Art</b>	<b>Welche Verletzungen / Symptome?</b>	ggf. besonders auf den Verdacht Schlaganfall hinweisen!
<b>R</b>	<b>Ruhe</b>	<b>Warten auf Rückfragen der Leitstelle.</b>	Erst Auflegen, wenn die Leitstelle das Gespräch beendet.

**Tabelle:** OSKAR - Die wichtigsten Informationen für die Rettungsleitzentrale.

Werden zusätzliche Informationen von Ihnen benötigt, wird die Rettungsleitstelle diese während des Notrufs direkt von Ihnen abfragen. Um Zeit zu sparen sind Ihr Name, Beruf oder Beziehung zu dem Patienten in dieser akuten Notfall-Situation nicht von Bedeutung und können daher vorerst ungenannt bleiben. Wenn die Leitstelle danach fragt, nennen Sie die Informationen, aber verlieren Sie bitte keine Zeit mit dem Buchstabieren Ihres vielleicht komplizierten Namens.

Die Leitstellen der Rettungsdienste sind auf Effizienz ausgerichtet und ebenso sollte der Notruf ausfallen. Kurz, knapp und aussagekräftig. Alle weiteren Informationen können dem Notarzt später, direkt vor Ort mitgeteilt werden. Aus diesem Grund bleiben Sie bitte auch bis zum Abtransport des Betroffenen ständig als Ansprechpartner in unmittelbarer Nähe, damit Sie sowohl dem Notarzt als auch dem Rettungsteam eventuell notwendige Auskünfte über den Verlauf der Symptome geben können.

Aus diesem Grund ist es auch von Vorteil, wenn Sie sich die Zeit merken oder notieren, zu der die Symptome bei dem Betroffenen einsetzen, beziehungsweise wie sich diese bis zum Eintreffen des Notarztes entwickelt haben. Die Behandlung im Krankenhaus hängt entscheidend davon ab, wie lang die Symptome bereits bestehen, sodass Ihre präzisen Angaben für die behandelnden Ärzte von großer Wichtigkeit sind und diese bei ihren Entscheidungen unterstützen.

Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) oder auch andere Hilfsorganisationen wie beispielsweise die Björn-Steiger-Stiftung, stellen die oben aufgeführte Notfall-Liste für alle Arten von Notfällen auf ihren jeweiligen Internetseiten zur Verfügung (z. B. [www.drk.de](http://www.drk.de), [www.steiger-stiftung.de](http://www.steiger-stiftung.de)) und können auch dort eingesehen werden.

Mit dem Notruf haben Sie bereits die wichtigste Hilfe für einen Betroffenen mit Schlaganfall geleistet. Der Anruf wird im Allgemeinen weniger als zwei Minuten dauern und damit können Sie in dieser sehr kurzen Zeit bereits dazu beitragen, dass die Wahrscheinlichkeit deutlich ansteigt, dass der Betroffene den Schlaganfall überleben kann. Weitere Maßnahmen bei Verdacht auf einen Schlaganfall sind für einen Ersthelfer im Anschluss nur noch bedingt möglich und gehen über die grundlegende Unterstützung des Betroffenen meist nicht hinaus:

Den Betroffenen ablegen, den Oberkörper erhöht lagern (ca. 30 Grad), enge Kleidung (Krawatte, Gürtel) öffnen und beruhigend auf die Person einwirken. Ansonsten kann man leider nicht mehr tun, als den Kreislauf des Betroffenen immer wieder zu kontrollieren und auf den Notarzt zu warten.

Ist die Person bewusstlos oder kein Pulsschlag zu spüren, muss die Erste Hilfe ausgeweitet und durch lebenserhaltende Maßnahmen (gegebenenfalls Herz-Druck-Massage und Mund-zu-Mund-Beatmung) ergänzt werden.

Zusammengefasst kann man sich über die Gedächtnisstütze „**Schneller OSKAR**“ die wichtigsten Schritte für einen Schlaganfall-Notfall leicht merken:

**Schnell** = **FAST-Test**

**OSKAR** = **Informationen für die Leitstelle des Rettungsdienstes**

*(Auszug aus dem Buch: Risikofaktor Arbeitsplatz - Schlaganfall, 2019*

*[www.elke-praeg.de](http://www.elke-praeg.de))*