

Diagnose Schlaganfall

Das Leben ändert sich plötzlich und vor allem komplett

Jährlich erleiden etwa 24.000 Österreicherinnen und Österreicher einen Schlaganfall. Er trifft die betroffene Person wie aus heiterem Himmel. Die Ursachen entstehen jedoch nicht von heu-

Mag. Pfeiffer's®



Nahrungsergänzungsmittel zur Förderung eines gesunden Schlafes. Enthält natürliche Pflanzenstoffe und Spurenelemente, keine chemischen Zusätze. Für Veganer geeignet. Erhältlich in Ihrer Apotheke! (Entgeltliche Einschaltung)



Durch einen gesunden Lebensstil können Sie selbst eine Menge tun

te auf morgen. **Dr. Paul Rubner**, Ärztlicher Leiter der aks gesundheit, Neurologische Reha kennt Möglichkeiten der Schlaganfallvorsorge und Therapie nach einem Schlaganfall.

Was passiert beim Schlaganfall?

Dr. Rubner: Bei einem Schlaganfall ist die Sauerstoffversorgung im Gehirn gestört. Dadurch kommt es zu einem plötzlichen Ausfall bestimmter Funktionen des Gehirns. Warnsignale sind plötzlich auftretende Symptome

wie Sehstörungen, Sprach- und Sprechstörungen, Lähmungen, Taubheitsgefühl, Schwindel, Gangunsicherheit, starke Kopfschmerzen, Schluck- oder Orientierungsstörungen. Bei Verdacht auf Schlaganfall ist schnelle ärztliche Hilfe wichtig. Rufen Sie sofort die Rettung.

Kann ich dazu beitragen, das Risiko für einen Schlaganfall zu senken?

Dr. Rubner: Durch einen gesunden Lebensstil können Sie selbst eine Menge tun, um das Schlaganfall-Risiko möglichst gering zu halten. Dazu gehört, sich ausreichend zu bewegen, gesund zu ernähren, Verzicht auf Nikotin und den Blutdruck, Blutzuckerspiegel und die Blutfette im Blick zu haben. Medikamente gegen diese Risikofaktoren sollten des-

Dr. Paul Rubner



halb gewissenhaft eingenommen werden.

Wie und wann erfolgt die Rehabilitation?

Dr. Rubner: Die Frührehabilitation beginnt ganz früh im Krankenhaus. Nach der Entlassung aus dem Krankenhaus setzt die Therapie der Neurologischen Reha an. Um nach einem Schlaganfall wieder am sozialen Leben teilhaben zu können, bietet die Neurologische Reha der aks gesundheit ein interdisziplinäres Angebot aus Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Psychologie und Sozialarbeit an. In der Therapie wird gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten an ihren ganz individuellen Zielen gearbeitet. Die Therapie findet bei Bedarf zuhause statt – dort wo das Leben stattfindet. In Bregenz, Dornbirn, Götzis, Bürs und Egg stehen Praxisräumlichkeiten mit verschiedensten Therapiegeräten zur Verfügung. (red)



Info

aks gesundheit GmbH
Neurologische Reha
Färbergasse 13,
6850 Dornbirn
T 055 74 / 202 – 3000
gesundheit@aks.or.at
www.aks.or.at

Immer in meiner Nähe. Meine Apotheke



Blutdruckmessen, aber richtig!

Kennen Sie Ihren Blutdruck? Sie sollten ihn kennen.

Sie können in fast jeder Apotheke den Blutdruck messen lassen oder einen Blutdruckmesser kaufen. Die



Mag. pharm. Sandra Hammerer
Apothekerin
in Bezau

heute angebotenen vollautomatischen Geräte sind sehr einfach in der Handhabung und messen präzise und genau. Achten Sie jedoch beim Kauf auf Qualität und lassen Sie sich ausführlich beraten.

Bluthochdruck ist eine ernste Erkrankung, bei der der Patient durch aktive Mitarbeit sehr viel erreichen kann. Eine gesunde Lebensweise und körperliche Aktivität sind wichtig, außerdem sollten Sie den Blutdruck regelmäßig zu Hause messen

und die Werte in einen Blutdruckpass eintragen. Messen Sie regelmäßig am Morgen und am Abend zur gleichen Zeit. Blutdruckschwankungen im Verlauf eines Tages sind normal. Nur durch regelmäßige Messungen ist eine sichere Bewertung und eine gute Blutdruckeinstellung für den Arzt möglich.

Generell gibt es eine Reihe von Fehlerquellen beim Messen, die in der Folge zu falschen Blutdruckwerten führen können. Fragen Sie in Ihrer Apotheke – wir Apothekerinnen und

Apotheker geben ihnen gerne wertvolle Tipps, um falsche Werte zu vermeiden. Leicht erhöhte Blutdruckwerte lassen sich außerdem häufig durch eine Änderung des Lebensstils normalisieren: Reduktion des Körpergewichtes, regelmäßige Bewegung, Stressabbau und gesunde, kochsalzarme Ernährung. Verschiedene Herz-Kreislauf-Teemischungen und beruhigende Teemischungen können eine medikamentöse Therapie bei Bluthochdruck unterstützen. (Entgeltliche Einschaltung)