

7 **Liebe Leserin, lieber Leser**

9 **Teil I: Der Schlaganfall**

10 **Was ist ein Schlaganfall?**

10 Hirninfarkt (ischämischer Schlaganfall)

14 Hirnblutung

15 Subarachnoidalblutung (SAB) oder Aneurysmablutung

16 **Wie kommt es zu einem Schlaganfall?**

16 Ursache und Entwicklung: Ätiologie und Pathogenese

17 Ursachen eines Hirninfarkts

19 Ursachen einer Hirnblutung

20 Der Kryptogene Schlaganfall

20 Unbemerkte Ursachen

22 **Was sind die Risikofaktoren?**

22 Ist der Schlaganfall erblich?

22 Und das Alter?

23 Mehrere Risikofaktoren = höheres Risiko

23 Bluthochdruck (arterielle Hypertonie)

24 Hyperlipidämie

25 Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)

26 Übergewicht

27 Metabolisches Syndrom

27 Vorhofflimmern (VHF, Arrhythmia absoluta)

28 Schlafapnoe-Syndrom

30 Lebensstil und Risikofaktoren

➤ **Exkurse**

88 Das Schweigen brechen und gemeinsam Lösungen finden

194 Die Geschichte von Sophie und ihrer Familie

37 **Wie erkenne ich einen Schlaganfall?**

37 Typische Symptome

39 Ähnliche Symptome, unterschiedliche Krankheitsbilder

40 Mit FAST- oder BEFAST-Test einen Schlaganfall erkennen

41 Verdrängte Symptome

45 **Teil II: Folgen eines Schlaganfalls**

46 **Ein Ereignis mit Folgen**

46 Beeinträchtigungen nach dem Schlaganfall

47 Leben mit dem Schlaganfall

47 Betroffene verstehen

51 **Körperliche (physische) Einschränkungen**

51 Beschwerden nach einem Schlaganfall

58 Störungen der Hirnnerven

58 Störungen der Motorik

62 Störungen der Sensibilität

62 Störungen der Koordination

62 Störungen des vegetativen Nervensystems

65 **Neuropsychologische Einschränkungen**

65 Aphasie (Sprachstörung)

69 Apraxie

70 Halbseitige Vernachlässigung (Neglect)

72 **Geistige (kognitive) Störungen**

72 Einschränkungen mit Konfliktpotenzial

72 Typen kognitiver Störungen

73 Therapie

74 Vaskuläre Demenz

77 **Seelische (psychische) Störungen**

- 77 Post-Stroke-Depression
- 83 Persönlichkeitsveränderung
- 90 Ein guter Mix aus Loslassen und Anwesenheit
- 90 Lebenssinn und Sterblichkeit: Chance für den Wandel

92 **Bewusstseinsstörungen**

- 92 Delir nach einem Schlaganfall (Post-Stroke-Delir)
- 93 Wachkoma (Apallisches Syndrom)

97 **Teil III: Behandlungsverlauf nach dem Schlaganfall**

98 **Notfallmaßnahmen**

- 98 Notruf 112
- 99 Zeit zwischen Notruf und Ankunft des Notarzt-Teams
- 104 Medizinische Erstversorgung nach Auslösen des Notrufes

105 **Stroke-Unit: Behandlung im Akutstadium**

- 106 Das Phasenmodell der neurologischen Rehabilitation
- 106 Untersuchungen auf der Stroke-Unit
- 108 Mögliche Eingriffe nach der Ursachenfindung
- 109 Die Stroke-Unit
- 110 Spezialisierte Rehakliniken
- 110 Teams zur Behandlung von Schlaganfall-betroffenen

113 **Neurologische Reha**

- 114 Wie lange dauert eine Reha?
- 114 Organisation des Reha-Aufenthalts
- 118 Fachbereiche der Rehabilitation

120 **Nach der stationären Behandlung**

- 120 Gut organisiert in die Nachsorge
- 121 Ärztliche Nachsorge
- 122 Medikamentöse Therapie von Risikofaktoren
- 125 Alltagstraining und ambulante Therapien
- 127 Das psychische Wohl im Blick
- 128 Mit den Folgen umgehen
- 132 Mit möglichen Reaktionen des Umfeldes umgehen
- 133 Barrierefreie Wohnung
- 134 Mobilität wiedererlangen
- 137 Wiedereinstieg in den Beruf
- 143 Heil- und Hilfsmittel

145 **Pflegen und Pflege begleiten**

- 145 Organisation der Pflege
- 146 Pflegegrad
- 146 Unterstützung für pflegende Angehörige
- 148 Finanzielle Leistungen
- 149 Vereinbarkeit von Pflege und Beruf
- 150 Zeiteinteilung bei der Pflege

153 **Teil IV: Wie kann ich den Therapieerfolg unterstützen?**

154 **Medikamentöse Therapietreue unterstützen**

- 154 Risikofaktoren unter Kontrolle
- 155 Prävention eines weiteren Schlaganfalls
- 155 Nichtadhärenz
- 156 Gemeinsam Ursachenforschung betreiben

164 **Lebensgestaltung**

- 164 Gesundheitskompetenz
- 165 Körper im Blick
- 167 Schlafhygiene
- 167 Stressbewältigung
- 170 Eine Sache der Einstellung
- 171 6 Schritte zur neuen Gewohnheit
- 173 Vom Wissen ins Handeln kommen
- 176 Eine wertschätzende Kommunikation schafft Verbindung

179 **Selbstfürsorge**

- 179 Die Gefahr der Selbstaufgabe
- 181 Um Hilfe bitten
- 182 Für die eigenen Bedürfnisse eintreten
- 184 Unterstützung für Angehörige von Schlaganfallbetroffenen

187 **Teil V: Schlaganfall in jungen Jahren**

188 **Schlaganfall bei Kindern und Jugendlichen**

- 188 Medizinische Besonderheiten bei Kindern
- 192 Schule und Lernen
- 192 Anlaufstellen und Literatur für Angehörige

204 **Mitten im Leben: junge Schlaganfallbetroffene**

- 204 Oft keine Antwort auf das Warum
- 205 Altersgerechte Behandlung wäre schön
- 205 Mut und Hoffnung durchs gelebte Leben
- 205 »Ein junger Körper hat Kraft.«

206 **Quellenangaben**

208 **Stichwortverzeichnis**