Schlaganfall ist Notfall

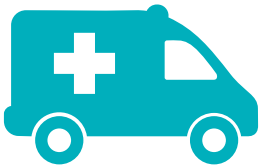
www.schlaganfall-tirol.info

23_flyer_15x15_4seitig_alpina.indd 1 02.07.2024 15:03:39

Rasche Hilfe ist gefragt!

Schlaganfall ist Notfall - d.h. es muss sofort, ohne zu zögern oder abzuwarten, gehandelt werden. Durch schnelles Handeln lassen sich in vielen Fällen die Folgen minimieren. **Jede Minute zählt!**

Ein Schlaganfall ist die Folge einer plötzlichen Durchblutungsstörung des Gehirns. Wird das Gehirn nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt, können lebenswichtige Zentren nicht mehr arbeiten. Je länger die Durchblutungsstörung anhält, desto mehr Nervenzellen sterben ab.



Der Schlaganfall bedeutet für Betroffene und Angehörige einen tiefen Einschnitt in ihr Leben und kann eine bleibende Behinderung oder Pflegebedürftigkeit zur Folge haben.

Ein Schlaganfall kann in jedem Alter auftreten. Jeder vierte Betroffene ist im erwerbsfähigen Alter.

23_flyer_15x15_4seitig_alpina.indd 2 02.07.2024 15:03:39

Schlaganfall Warnsignale

Plötzliches Auftreten

Sehstörungen

Lähmung/Taubheitsgefühl einer Körperseite

Sprachstörungen/ Verständnisschwierigkeiten

Heftiger Kopfschmerz

Hängender Mundwinkel

Schwindel mit Gangunsicherheit

Bei derartigen Anzeichen umgehend den Notruf 144 wählen!

Sie werden durch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Notrufzentrale in den Erste-Hilfe-Maßnahmen angeleitet!

Auch bei rascher Rückbildung der Beschwerden rufen Sie 144 oder suchen Sie umgehend eine Ärztin oder einen Arzt auf!

23_flyer_15x15_4seitig_alpina.indd 3 02.07.2024 15:03:40

Vorbeugen

Kontrollieren Sie Ihren Blutdruck.
Bluthochdruck schädigt die Gefäße. Eine Senkung des Blutdrucks reduziert das Schlaganfallrisiko deutlich.

Regelmäßige Bewegung verbessert die körperliche Leistungsfähigkeit und verhindert eine Vielzahl von Erkrankungen.

Grundsätzlich sollte jeder Mensch sein **Normalgewicht anstreben.**
Eine **Gewichtsabnahme** kann durch regelmäßige Bewegung und eine ausgewogene Ernährung erreicht werden.

Eine **ausgewogene Ernährung** mit einem hohen Anteil an Obst, Gemüse, fett- und zuckerarmer Kost senkt das Risiko. **Schränken Sie Ihren Alkoholkonsum ein.**

Gehen Sie regelmäßig zur **Vorsorgeuntersuchung** (Blutzucker- und Colesterin-bestimmung) und nehmen Sie die **verordneten Medikamente regelmäßig** ein.

Nikotin bewirkt eine Verengung der Blutgefäße. Wenn Sie **aufhören zu rauchen,** sinkt das Risiko nach wenigen Jahren auf das eines Nichtrauchers.

LAND TIROL

LIV
LANDESINSTITUT FÜR INTEGRIERTE VERSORGUNG TIROL
AMBULANTE SCHLAGANFALLVERSORGUNG

Österreichische Gesundheitskasse

bvaeb

SVS
Gemeinsam gesünder.

Impressum Kontakt: Tiroler Gesundheitsfonds, Amt der Tiroler Landesregierung, Eduard-Wallnöfer-Platz 3, A-6020 Innsbruck, Tel. + 43 512 508 3703, E-Mail: schlaganfall@tirol.gv.at, Foto: imago images / blickwinkel
Wir übernehmen keinerlei Haftung für die Richtigkeit, Vollständigkeit oder Aktualität der wiedergegebenen Information.

23_flyer_15x15_4seitig_alpina.indd 4 02.07.2024 15:03:41