

Der Schlaganfall war das zentrale Thema eines Gesundheitstags in Bad Windsheim

Man muss es nicht so weit kommen lassen

Ernährung und Sport können helfen – Im Fall des Falles muss schnell gehandelt werden

BAD WINDSHEIM (gs) – Im Rahmen zahlreicher Jubiläumsveranstaltungen zu „50 Jahre Heilbad Bad Windsheim“ gab es jetzt einen Gesundheitstag über Prävention und Therapie zum Thema Schlaganfall. Viele Bürger nahmen die Gelegenheit wahr, sich über diese Krankheit mit der dritthäufigsten Todesursache informieren zu lassen.

Dabei, so führte der Chefarzt der Neurologie der Kilians-Klinik Bad Windsheim, Dr. Gerald Lehrieder, aus, zähle zur Vorbeugung vor allem die körperliche Bewegung, die – egal, ob jemand gesund ist oder unter einer chronischen Erkrankung leidet – auf jeden Fall erfolgen sollte. Der Mediziner wies auf viele Möglichkeiten hin, sich sportlich zu betätigen, um etwas für seine Gesundheit zu tun. Zusätzlich zur Bewegung gehört aber auch die Reduzierung des Schlaganfall-Risikos durch gezielte gesunde Ernährung. Darüber referierte Diplom-Ökotrophologe Christian Toellner von der Frankenland-Klinik. Jährlich erleiden rund 250 000 Patienten Schlaganfallfälle, wobei rund 20 Prozent der Betroffenen nach vier Wochen sterben. 37 Prozent der Patienten sterben nach einem Jahr und die Hälfte der Betroffenen bleibt dauerhaft behindert. Zu den Risikofaktoren zählen ein fortgeschrittenes Alter oder eine familiäre Vorbelastung. Bei weiteren Faktoren liegt es allerdings an einem selbst, etwas Vorbeugendes zu tun, denn Bewegungsmangel, Übergewicht, zu viel Alkohol, zu viel Kochsalz, erhöhter Blutzucker und schädlicher Stress sind oft die Ursache für einen Schlaganfall. Auf kaliumreiche und kohlsalzarme Ernährung sollte sehr geachtet werden, sagte Toellner. Statt Torte sollte Obst und anstelle von Fleisch mehr Gemüse verzehrt werden. Sehr wichtig sei auch die Reduzierung des Übergewichts.

Der Chefarzt der Inneren Medizin



Die zahlreichen Besucher standen an den Informationsständen Schlange, um sich rund um die Schlaganfall-Problematik beraten zu lassen.

Fotos: Gras

an der Kreisklinik Bad Windsheim, Professor Dr. Dr. Gerhard Nusko, sprach über die Behandlung des akuten Schlaganfalls und nannte die Symptome, an denen man erkennen kann, ob ein Mensch einen Schlaganfall erlitten hat. Dies sind eine Bewusstseinsstrübung, hängende Mundwinkel, Sprach- und Sprechstörungen, Halbseitlähmungen, Taubheitsgefühl und Sehstörungen. Sollten diese Anzeichen festgestellt werden, sei schnellstens richtiges Handeln erforderlich, denn bei einer Schlaganfallversorgung zähle jede Minute, sagte Nusko. Durch die telemedizinische Technik der Schlaganfallereinheit, die in der Intensivstation der Klinik Bad Windsheim integriert ist, sei es möglich, die Erfahrung und das Wissen der überregionalen Schlaganfallzentren vor Ort zu nutzen. Die Bad Windsheimer Klinik ist als einziges Krankenhaus im Landkreis mit der Uniklinik Erlangen vernetzt. Per Live-Schaltung mittels Videotechnik führte Dr. Nusko auf einer Großbildleinwand vor, wie ein Tele-Konsil zur Untersuchung von Schlaganfall-Patienten erfolgt.

Zwischen den Vorträgen hatten die Teilnehmer an diesem Gesundheitstag auch Gelegenheit, sich bei Sanitätshäusern über Therapiehilfsmittel für Schlaganfallpatienten zu informieren. Außerdem wurden Messungen der Körperparameter wie Blutzucker, Blutdruck, Cholesterin, Kohlendioxid- und Sauerstoffsättigung in Kooperation der Klinik Bad Windsheim mit der Frankenland-Klinik angeboten. Es bestand auch die Möglichkeit, den Augenhintergrund fotografieren zu lassen. Dies war ein Angebot des Schlaganfallnetzwerkes STENO.

Informationen erhielten die Besucher auch am Informationsstand der Kilians-Klinik, wo über die Diagnostik und die medizinische Rehabilitation in den Bereichen Neurologie und Orthopädie Wissenswertes zu erfahren war. Am Küchenstand der Klinik, die Preisträger des bayernweiten Wettbewerbs „Essen pro Gesundheit“ ist, wurden nicht nur rund um das Thema gesunde Ernährung Tipps vom Chefkoch Schorr und seinem Team erteilt, es konnten auch Häppchen probiert werden.