# *SCHLAGANFALL* - jede Minute zählt, um Leben zu retten oder bleibende Behinderungen zu vermeiden!

## ... VORBEUGEN

### Risikofaktoren sind:

- Bluthochdruck
- Übergewicht
- erhöhte Blutfettwerte
- Zuckerkrankheit
- Rauchen

### Was können Sie tun?

- bewusste Ernährung mit einem hohen Anteil an Obst, Gemüse, Fett- und zuckerarmer Kost
- regelmäßige Bewegung und Ausdauersport
- ausreichende Flüssigkeitsaufnahme - besonders ältere Menschen müssen darauf achten, da das “Durstgefühl” im Alter abnimmt
- Raucherentwöhnung
- Vermeidung von Stress
- Gewichtsabnahme

## ... ANZEICHEN

### Häufige Symptome sind:

- einseitiges Taubheitsgefühl in den Armen oder Beinen
- einseitige Schwäche einer Gesichtshälfte (hängender Mundwinkel) oder einer Körperhälfte
- verschwommenes oder doppeltes Sehen
- undeutliches Sprechen, Wortfindungsstörungen/Wortsalat
- plötzlicher Schwindel
- Bewusstlosigkeit
- schlagartig einsetzende heftige Kopfschmerzen

PARK-KLINIK WEISSENSEE

**Abteilung Neurologie**
Schönstraße 80 • 13086 Berlin
Tel.: (030) 9628-3702• Fax: (030) 9628-3705
kistel@park-klinik.com • www.park-klinik.com

## ... TEST

### Gesicht

Versuchen Sie zu lächeln.

Wirkt eine Gesichtshälfte verzerrt?
-> Dies deutet auf eine Gesichtslähmung hin.

### Arme

Halten Sie die Arme nach vorne ausgestreckt und drehen dabei die Handflächen nach oben.

Sinkt ein Arm ab oder dreht sich ein?
-> Dies weist auf eine Lähmung hin.

### Sprechen

Sprechen Sie einen einfach Satz und benennen Sie einfache Gegenstände.

Klingt dies verwaschen oder verlangsamt?
Fallen die Worte nicht ein?
-> Dies weist auf eine Sprachstörung hin.

**Trifft eines dieser Symptome zu, rufen Sie sofort die**

**112 an!**