

## Der FAST-Test: Schnell einen Schlaganfall erkennen!

**Überprüfen Sie, ob ein Schlaganfall vorliegt. Bitten Sie die betroffene Person**

- Face (Gesicht):** zu lächeln.  
Hängt ein Mundwinkel herab?
- Arms (Arme):** die Arme nach vorne zu heben, Handflächen nach oben.
- Speech (Sprache):** einen einfachen Satz nachzusprechen.

Wenn der Betroffene mit **einer** dieser Aufgaben Probleme hat, besteht der Verdacht auf einen Schlaganfall – es zählt jede Minute!

**Time (Zeit):** **Wählen Sie sofort den Notruf 112!**

**Notruf**  **112!**

## Jeder Schlaganfall ist ein Notfall

Je schneller der Schlaganfall behandelt wird, desto größer ist die Chance, bleibende Schädigungen zu vermeiden. **Jede Minute zählt!**

Wann immer der Verdacht auf einen Schlaganfall besteht, ist dies ein lebensbedrohlicher Notfall.

Leider scheuen sich noch zu viele Menschen davor, den Rettungsdienst zu benachrichtigen. Stattdessen hofft man, dass die Beschwerden von alleine wieder verschwinden. Es ist eine trügerische Hoffnung, die viel Zeit kostet und bei einem Schlaganfall schlimme Folgen haben kann. Bedenken Sie, dass sich auch ein zunächst leichter Schlaganfall zu einem schweren Schlaganfall ausweiten kann. Melden Sie der Rettungsleitstelle: **„Verdacht auf Schlaganfall!“**

## Wichtige Informationen für den Rettungsdienst

**Die fünf W-Fragen der Rettungsleitstelle:**

- Was** ist passiert?  
**Wo** ist es passiert?  
**Wie** viele Verletzte/Erkrankte gibt es?  
**Welche** Art der Verletzung/Erkrankung liegt vor?  
**Wer** meldet den Notruf? Auf Rückfragen warten?

## So können Sie Erste Hilfe leisten!

Bewahren Sie Ruhe und helfen Sie dem Betroffenen mit folgenden Erste-Hilfe-Maßnahmen:

- Lassen Sie den Betroffenen nach Möglichkeit nicht allein. Beruhigen Sie ihn und signalisieren Sie, dass Hilfe unterwegs ist.
- Lockern Sie beengende Kleidung.
- Bringen Sie den Betroffenen bei Bewusstlosigkeit in die stabile Seitenlage.
- Der Oberkörper des Betroffenen sollte bei Bewusstlosigkeit nicht erhöht werden. Eine Erhöhung des Oberkörpers ist nur bei wachen Patienten zu empfehlen.
- Die stabile Seitenlage hält die Atemwege frei. Entfernen Sie gegebenenfalls Zahnprothesen.
- Achten Sie auf die Atmung des Betroffenen und gegebenenfalls auf den Puls.
- Reichen Sie keine Getränke oder Medikamente – es könnte eine Schluckstörung vorliegen.
- Bei Herz- oder Atemstillstand: Leiten Sie sofortige Wiederbelebensmaßnahmen ein.
- Sprechen Sie umstehende Menschen direkt an und bitten Sie um Hilfe!



Stand: Februar 2020

Weitere Informationsmaterialien können Sie auf unserer Internetseite bestellen und herunterladen. [schlaganfall-hilfe.de/materialien](http://schlaganfall-hilfe.de/materialien)



**Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe**  
Schulstraße 22, 33330 Gütersloh

### Service- und Beratungszentrum

Telefon: 05241 9770-0  
Telefax: 05241 9770-777  
E-Mail: [info@schlaganfall-hilfe.de](mailto:info@schlaganfall-hilfe.de)  
Internet: [schlaganfall-hilfe.de](http://schlaganfall-hilfe.de)  
[facebook.com/schlaganfallhilfe](https://facebook.com/schlaganfallhilfe)  
[twitter.com/schlaganfall\\_dt](https://twitter.com/schlaganfall_dt)

### Spendenkonto

Sparkasse Gütersloh-Rietberg  
IBAN: DE80 4785 0065 0000 0000 50  
BIC: WELADED1GTL



Gepüft seit 2006



## Jeder Schlaganfall ist ein Notfall



Symptome erkennen und richtig handeln

[schlaganfall-hilfe.de](http://schlaganfall-hilfe.de)

## Was ist ein Schlaganfall?

Ein Schlaganfall ist eine **plötzlich einsetzende Funktionsstörung des Gehirns**. Dafür gibt es zwei Ursachen:

- Ein Blutgerinnsel verschließt ein gehirnversorgendes Gefäß und führt zu einer Durchblutungsstörung (80–85 Prozent).
- Ein Blutgefäß im Gehirn reißt plötzlich und es kommt zu einer Hirnblutung (15–20 Prozent).

Durch diese Durchblutungsstörung werden die Nervenzellen des Gehirns an der betroffenen Stelle nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt und beginnen abzustirben. Je länger die Durchblutungsstörung des Gehirns andauert, desto mehr Nervengewebe wird unwiederbringlich zerstört. **Ab jetzt zählt jede Minute!**

## Wer ist gefährdet?

Grundsätzlich kann jeder einen Schlaganfall erleiden. Das Risiko steigt allerdings mit zunehmendem Alter und kann auch durch eine familiäre Veranlagung erhöht sein. Auch Kinder können von einem Schlaganfall betroffen sein.

Folgende **Risikofaktoren** für einen Schlaganfall können Sie durch eine gesunde Lebensweise oder durch Medikamente kontrollieren:

- Bluthochdruck
- Diabetes mellitus
- Fettstoffwechselstörungen
- Übergewicht
- Bewegungsmangel
- Rauchen
- Übermäßiger Alkoholkonsum
- Herzrhythmusstörungen, z. B. Vorhofflimmern

Bei Menschen, die mehrere dieser Faktoren (gleichzeitig) aufweisen, ist das Schlaganfall-Risiko um ein Vielfaches erhöht.

## Wie erkenne ich einen Schlaganfall?

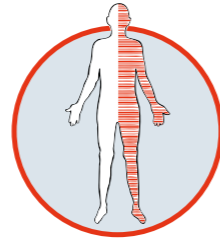
Tritt ein Schlaganfall auf, zählt jede Minute. Ein **möglicherweise lebensbedrohlicher Notfall** liegt vor. Daher ist es besonders wichtig, einen Schlaganfall schnell zu erkennen.

Die Symptome für einen Schlaganfall treten meist plötzlich auf und können in manchen Fällen nach einigen Minuten vollständig abklingen. In dem Fall liegt eine transitorische ischämische Attacke (TIA) vor.

Auch hierbei handelt es sich um einen Notfall, da die Gefahr eines weiteren Schlaganfalls mit bleibenden Folgen hoch ist.

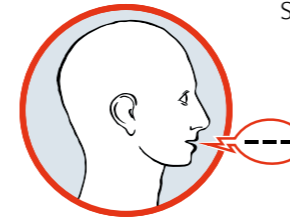
### Die Symptome: Plötzlich auftretende Vorzeichen!

#### Lähmung, Taubheitsgefühl



Eine plötzlich eintretende Lähmungserscheinung auf einer Körperseite kann auf einen Schlaganfall hinweisen. Ebenso ein gestörtes Berührungsempfinden, wie z. B. bei einem eingeschlafenen Fuß. Bei einigen Betroffenen stellt sich ein „Pelzigkeitsgefühl“ auf einer Körperseite ein. Häufig sind Gesicht, Arm und Hand stärker betroffen. Die Ausfälle können sich auch im Bein bemerkbar machen. Ein typisches Merkmal ist ein herunterhängender Mundwinkel.

#### Sprach-, Sprachverständnisstörung



Sprachstörungen können sich in leichteren Fällen als stockende, abgehackte Sprache äußern, aber auch das Verdrehen von Silben oder Verwenden von falschen Buchstaben beinhalten. Der Betroffene spricht mit seiner

Umwelt im Telegrammstil, hat eine verwaschene oder lallende Sprache. In seltenen Fällen kann er gar nicht mehr sprechen. Bei einigen Betroffenen kommt es zu Sprachverständnisstörungen: Das bedeutet, der Betroffene kann durch die Fehlfunktion im Gehirn nicht mehr verstehen, was man ihm sagt.

#### Sehstörung



Ein Schlaganfall kann sich durch Symptome äußern, die das Sehen beeinträchtigen. Tritt plötzlich eine Einschränkung des Gesichtsfeldes ein, übersieht der Betroffene z. B. Gegenstände und Menschen auf einer Körperseite. Dies kann

zu Stürzen oder Unfällen führen. Auch Störungen des räumlichen Sehens können in Folge eines Schlaganfalls auftreten. Der Betroffene fühlt sich unsicher und kann sich nicht mehr orientieren. Ebenso können Doppelbilder auf einen Schlaganfall hinweisen. Betroffene sehen Gegenstände überlappend und fassen z. B. beim Griff nach der Kaffeetasse daneben oder haben das Gefühl, als schauten sie durch eine beschlagene Brille.

#### Schwindel mit Gangunsicherheit



Ein weiteres Schlaganfall-Symptom ist plötzlich auftretender Schwindel, verbunden mit Gangunsicherheit. Schwindel wird unterschiedlich empfunden: Der Betroffene kann das Gefühl haben, Karussell zu fahren (Drehschwindel) oder auf einem

Schiff auf bewegter See zu sein (Schwankschwindel). Manche Betroffene fühlen sich auch, als ob sie mit einem Fahrstuhl hinuntersausen würden. Generell ist Schwindel mit dem Empfinden verbunden, das Gleichgewicht und die Koordination zu verlieren.

#### Sehr starker Kopfschmerz



Vorher nicht gekannte, äußerst heftige Kopfschmerzen können auf einen Schlaganfall hinweisen. Ursache sind plötzlich auftretende Durchblutungsstörungen einer bestimmten Hirnregion oder Einblutungen in das Hirngewebe (meist hervorgerufen durch das Platzen oder Zerreißen einer in der Regel angeborenen Gefäßaussackung). Diese starken Kopfschmerzen können mit Übelkeit und Erbrechen verbunden sein. Das Symptom des Kopfschmerzes kann zunächst allein auftreten, aber mit etwas Zeitverzögerung auch zu Lähmungen, Verwirrtheit oder Bewusstseinsverlust führen.

## Wichtig:

Beobachten Sie alle auftretenden Störungen möglichst genau, damit Sie den Rettungsdienst genau informieren können. Dieser kann hieraus z. B. Rückschlüsse auf die betroffene Hirnregion ziehen.