

Die beste Therapie nach dem Schlaganfall

Hirnschlag-Patienten könnten viel grössere Fortschritte im täglichen Leben machen, wenn sie nach Austritt aus Spital und Rehabilitation richtig weiterbehandelt würden.



Hirnschlag-Patienten müssen viel üben, um sich im Alltag wieder zurechtzufinden. Zum Beispiel am Billett-Automaten an der Bushaltestelle. Hier brauchen sie am Anfang noch echte Hilfe direkt vor Ort.

Die grosse Herausforderung für alle Menschen, die einen Hirnschlag erlitten haben, beginnt erst, wenn sie wieder in ihr altes Leben zurückkatapultiert werden. Das sagt Neurologe Dr. med. Reto Agosti aus Zollikon. Der Facharzt anerkennt die Leistung der Spitäler während der Akutbehandlung und der Neuro-Rehabilitation. Doch seiner Einschätzung nach sind Hirnschlag-Patienten selbst nach acht Wochen Reha noch längst nicht

austherapiert. «In diesem Stadium kann der Patient vielleicht wieder laufen, aber sich gefahrlos in der Stadt bewegen, problemlos die öffentlichen Verkehrsmittel benutzen oder sonst Dinge tun, die vorher selbstverständlich waren, kann er nicht. Das ist nach so kurzer Zeit auch gar nicht möglich. Darum muss die Therapie intensiv fortgeführt werden, allerdings mit einer viel spezifischeren und praxisrelevanten Ausrichtung.»

Gemäss Dr. Agosti geht es um die Eingliederung ins bisherige Umfeld. «Betroffene müssen in Job und Familie wieder funktionieren können. Das ist das Ziel, und dieses Ziel ist bei jedem individuell ganz anders. Es lässt sich in jedem Fall erreichen, wenn man die richtigen Massnahmen ergreift. Fachlich begleitetes Üben ist der Schlüsselbegriff.»

Abgestorbene Nervenzellen können zwar nicht wiederbelebt werden, aber die verbliebenen können sich über Synapsen neu verknüpfen und auch benachbarte neurologische Netzwerke in Anspruch nehmen. Diese Anpassungsvorgänge im Hirn werden nur durch Training angeregt. «Es geht um nichts anderes als klassisches Lernen durch Wiederholung unter gezielten Instruktionen. Wie bei einer Fremdsprache, einem Musikinstrument oder einer neuen Sportart. Üben, üben und nochmals üben lautet die Devise. Im Fachjargon spricht man von der Neuroplastizität des Gehirns», sagt Dr. Agosti.

Wie sieht eine solche Therapie denn aus? «Wir begutachten den Patienten aus verschiedenen fachlichen Blickwinkeln und stellen für ihn ganz individuell einen Plan zusammen, mit dem wir ihn – was seine Fähigkeiten angeht – so nah wie möglich an die Zeit vor dem Hirnschlag zurückführen. Dazu muss der Patient zuerst einmal stabil sein, das heisst, dass wir die Gefahr eines zweiten Hirnschlages minimieren, die Medikamente gut einstellen und sein Herz unter Kontrolle halten. Danach – und hier verstecken sich die Erfolgserlebnisse – verbessern wir seine Fertigkeiten. Es geht um Beweglichkeit, Stabilität, Gleichgewicht, Kraft, Fitness, Schnelligkeit und zwar in dem Umfeld, in dem sich der Betroffene täglich bewegt. Wir haben dazu die richtigen Fachleute und die richtigen Übungsgeräte. Und wir gehen mit unseren Patienten auch mitten ins Getümmel der Strasse und konfrontieren sie mit allen relevanten Alltagssituationen.»

Physiotherapeutin Ulrike Schwarzer arbeitet mit den Patienten an der Front. «Genau hier machen sie die grössten Fortschritte und erkennen, dass intensives Training am meisten bringt. Die Erfolge steigern auch ihre Motivation, niemals aufzugeben und immer weiter an sich zu arbeiten.»

Wir helfen Ihnen weiter

Das Team des Kopfwehzentrums Hirslanden kümmert sich auch um Patienten mit spastischen Bewegungseinschränkungen nach Schlaganfall, bei Multipler Sklerose und Parkinson.



Dr. med. Reto Agosti
Facharzt für Neurologie, FMH
Fachgebiete: Kopfschmerzen, Neurotraumatologie, Neuropsychologie, Spastik nach Hirnschlag



Dr. med. (CZ) Julius Hodak
Facharzt für Neurologie
Fachgebiete: Neurovaskuläre Erkrankungen, Periphere Neurologie, Ultraschall, Spastik nach Hirnschlag, Kopfschmerzen



Dr. med. Michaela Sieger
Fachärztin Neurologie, FMH
Fachgebiete: Periphere Neurologie, Spastik nach Hirnschlag, Epileptologie, Kopfschmerzen, Neuroonkologie



Dr. med. Judith Brunn
Fachärztin für Neurologie,
Master of Public Health (MPH)
Fachgebiete: Bewegungsstörungen, vaskuläre Erkrankungen, Schlaganfall, Kopfschmerzen



Ulrike Schwarzer
Physiotherapeutin MAS
Fachgebiete: Spastik, Bewegungsabläufe



Dr. Ewa Hug
Chiropraktin SCG/ECU
Fachgebiete: Chiropraktik, Manuelle Medizin, Neuraltherapie, Funktionelle Störungen des Bewegungsapparates

Haben Sie Fragen?

Besuchen Sie uns auf www.kopfwww.ch, rufen Sie uns an unter Tel. 043 499 13 30 oder kontaktieren Sie uns per Mail auf info@kopfwww.ch.

Kopfwehzentrum Hirslanden
Forchstrasse 424, 8702 Zollikon
Nüscherstrasse 45, 8001 Zürich