

Dr. Brigitte Mohn
Monika Kirschner

RISIKO SCHLAGANFALL

Kompetent vorbeugen
Alarmsignale erkennen
Richtig handeln
Folgen vermeiden

5 Vorwort

7 Gute Nachrichten:

das neue Wissen vom Schlaganfall

- 7 Das war früher
- 8 Die Krankheit und ihr Image
- 9 Das ist heute
- 12 Time is Brain:
das Notfallmanagement

14 „Ich bin ein Genussmensch!“

Die Geschichte der Maria Brunsch

- 15 Der Moment des Schlaganfalls
- 17 Glück im Unglück
- 19 Nach einer Woche
- 21 Die Rehabilitation

27 Gut zu wissen: Ihre persönlichen Risikofaktoren

- 28 Die Risikofaktoren des Schlaganfalls
- 36 Ihr persönlicher Risiko-Test

44 Schlaganfall vermeiden: das Sofortprogramm

- 46 1. Morgendliche Blutdruckkontrolle
- 49 2. Abschied vom Rauchen
- 50 3. Der Arztbesuch
- 52 4. Intelligenter bewegen
- 57 5. Klüger essen

70 Der Moment des Schlaganfalls: Betroffene berichten

- 75 Die große Chance nutzen:
Schlaganfallsymptome erkennen!
- 76 Sofort in die nächste Stroke Unit!

79 Folgen vermeiden, Gehirn schützen: die Stroke Unit

81 Frühes Wissen und alte Vorstellungen vom Schlaganfall

- 84 Medizinische Hausbücher
der Jahrhundertwende
- 85 „Primärprävention“ in alten
Zeiten

87 Das Wunder der Plastizität des Gehirns

- 87 Neues Wissen - neue Chancen
- 88 Die Computertomographie/CT
- 89 Die Kernspintomographie
{Magnetresonanztomographie/
MRT}
- 90 Die Positronenemissionstomographie/PET
- 90 Unser wichtigstes Organ:
das Gehirn

95 „Ich habe gekämpft bis zur Erschöpfung.“ Die Geschichte des Friedel Müller

- 96 Der Tag, der alles änderte
- 99 Der absolute Tiefpunkt
- 101 Endlich die richtige Diagnose
- 105 Das erste Fahrrad für das
Leben „danach“
- 108 Wer denkt an die Angehörigen?
- 110 Schlaganfall als Lebensthema

111 Sexualität nach Schlaganfall

- 111 Angst und Sprachlosigkeit
überwinden
- 113 Wirkungen und Nebenwirkungen:
Medikamente als
Ursache sexueller Störungen

115 Auch Kinder trifft der Schlag

- 116 Auch der Kinderschlaganfall ist ein Notfall!
- 117 Die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe ergreift das Thema
- 119 Die Geschichte von Fabian
- 122 Die Angst vor dem zweiten Schlaganfall

123 Kein zweiter Schlaganfall: Risikomanagement

- 124 Das zweite Mal
- 126 Die Vorwarnung
- 129 Andere Werte, neue Ziele

130 Perspektiven in Diagnostik und Therapie

- 131 Trend: Frühwarnsysteme
- 131 Trend: kleiner, präziser und mobil
- 132 Trend: einfache Handhabung
- 132 Trend: Individualisierung
- 133 Trend: Interdisziplinärst
- 133 Trend: Stammzellentherapien

136 Mitmachen!

Die Arbeit der Stiftung

- 137 Eine Nichte ergreift die Initiative
- 139 Überlebenskunst im Alltag
- 140 Abschied von geliebten Gewohnheiten - für immer
- 141 Sich einmischen!

143 Service und Kontakte

144 Register