

„Überherrn lebt gesund!“



DSL
»Das Saarland lebt gesund!«

AuF leben
AKTIV UND FIT

Herzschlag

Alles wichtige zu den Themen Herzinfarkt und Schlaganfall

Wie äußert sich ein Herzinfarkt?

Anzeichen im Herzbereich oder Brustkorb

- Starke, mindestens 5 Minuten anhaltende Schmerzen, die in andere Körperregionen ausstrahlen (z.B. Arme, Rücken, Hals, Kiefer)
- Massives Engegefühl
- Heftiges Brennen oder Druck auf der Brust

Weitere Anzeichen

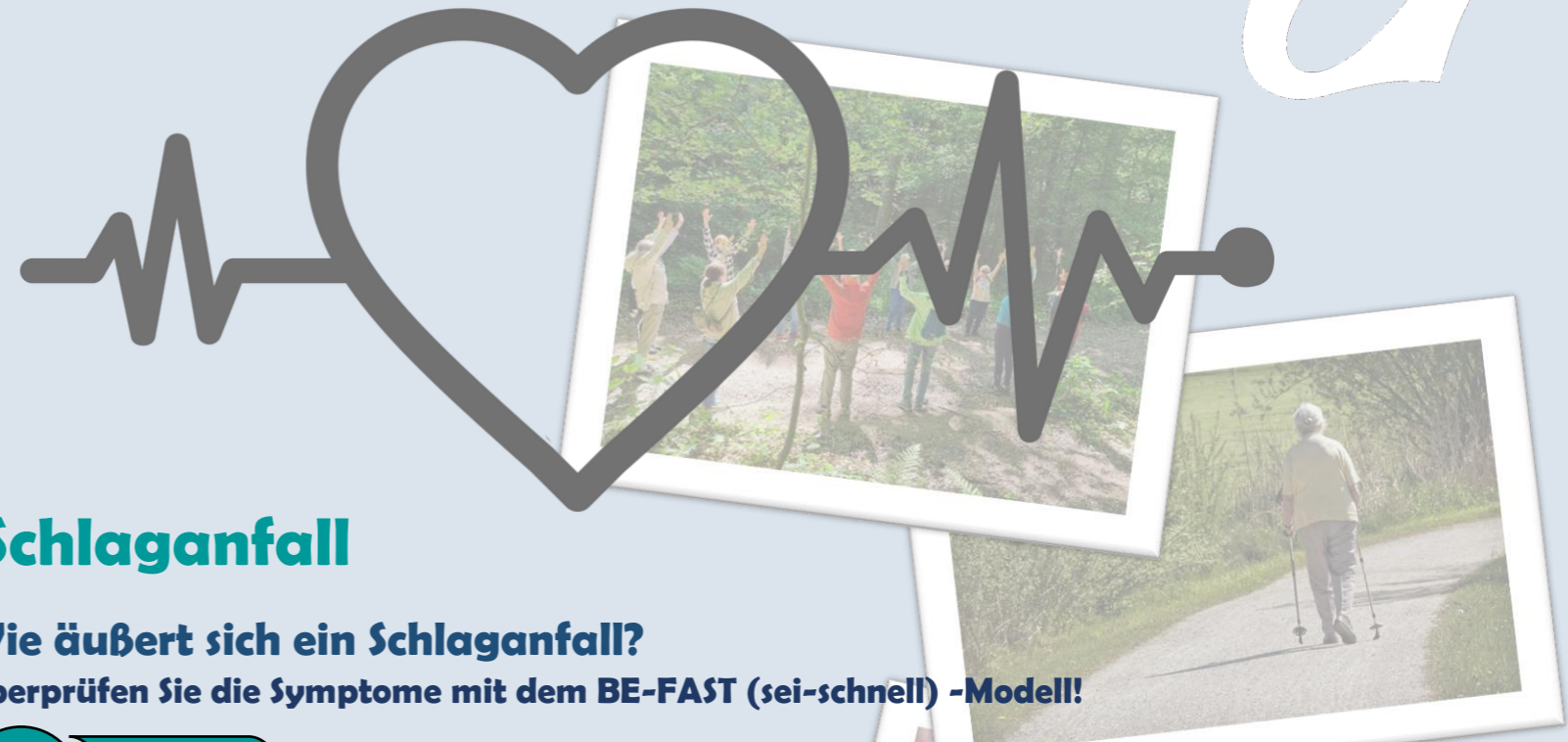
- Schwindel, Übelkeit, Erbrechen
- Atemnot
- Schmerzen im Oberbauch (in sehr starkem Ausmaß)
- Angstschweiß mit kalter Haut und blasser Gesichtsfarbe

Besonderheit

Besonders bei Frauen treten häufig nicht die typischen Herzinfarktzeichen im Herz- oder Brustkorbbereich auf! Es zeigen sich oftmals unter anderem die hier aufgelisteten „weiteren Anzeichen“.

Ein Herzinfarkt kann auch schmerzfrei, mit unspezifischen Symptomen, verlaufen. Man spricht in diesem Zusammenhang von einem stummen Infarkt. Dieser tritt besonders bei älteren Personen oder Personen mit Diabetes mellitus auf.

„Gesund aufwachsen“
„Gesund leben und arbeiten“
„Gesund älter werden“



Wie äußert sich ein Schlaganfall?

Überprüfen Sie die Symptome mit dem BE-FAST (sei-schnell) -Modell!

B	BALANCE (Gleichgewicht)	Häufig treten <u>Gleichgewichtsstörungen</u> oder Probleme beim Gehen wie eine Links-Rechtsneigung auf.	➔ Fordern Sie die Person auf, ein paar Schritte zu gehen.
E	EYES (Augen)	Betroffene leiden oftmals unter <u>Sehverlust</u> oder <u>Sehstörungen</u> wie bspw. Doppelbildern.	➔ Fragen Sie die Person nach Sehstörungen.
F	FACE (Gesicht)	Im Gesicht der Betroffenen treten häufig <u>Lähmungserscheinungen</u> auf. Oft hängt einer der Mundwinkel nach unten.	➔ Fordern Sie die Person auf, zu lächeln.
A	ARMS (Arme)	Oft treten <u>Gefühlsstörungen</u> wie ein Taubheitsgefühl oder ein Kribbeln in den Armen auf.	➔ Fragen Sie die Person nach Kribbeln in den Armen.
S	SPEECH (Sprache)	Bei einigen Betroffenen treten <u>Sprech- und Hörstörungen</u> auf.	➔ Fordern Sie die Person auf, einen Satz nachzusprechen.
T	TIME (Zeit)	Wichtig ist das Erfragen der <u>Dauer</u> der Symptome.	➔ Fragen Sie die Person, wie lange die Symptome schon andauern.

Auch besonders heftige Kopfschmerzen können ein Anzeichen für einen Schlaganfall sein!