

## Die Profis



## Hilfe bei Gichtanfall

**Wenn ich zu viel Fleisch gegessen habe, habe ich Gichtanfälle mit Schmerzen in den Fingern, die dick werden. Gibt es ein Hausmittel dagegen?**  
Bereiten Sie drei Pellkartoffel zu, zerdrücken Sie diese mit einer Gabel und rühren zwei bis drei Esslöffel Weizenkleie darunter. Drücken und kneten Sie den Teig mit bloßen Händen und streichen ihn dann über die geschwellenen, schmerzenden Finger. Wenn die Masse kalt geworden ist, gibt man – bei anhaltenden Schmerzen – eine neue Kartoffel-Weizenkeim-Mischung auf die Finger. Dann waschen Sie den Brei mit lauwarmem Wasser ab.

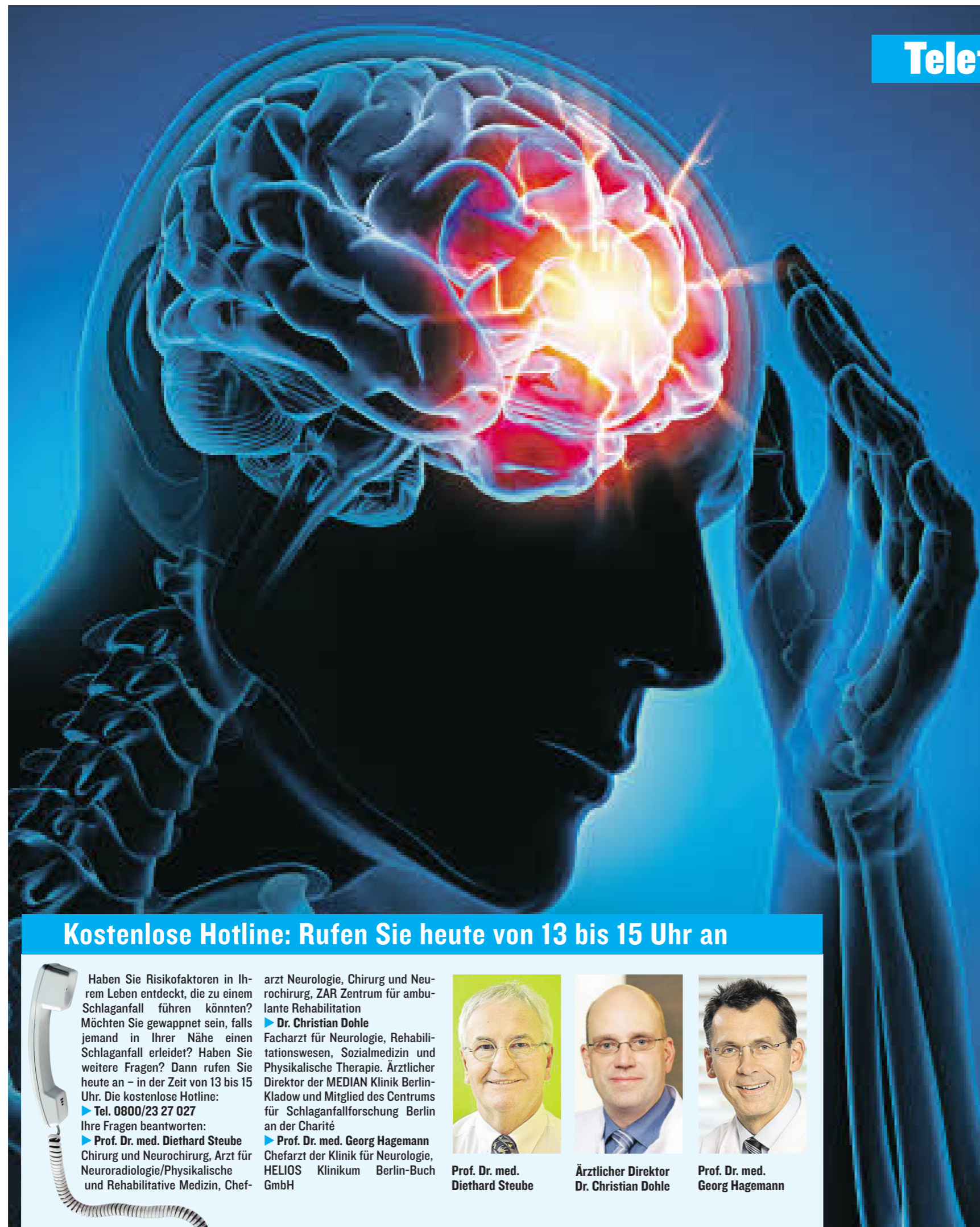
## Die Profis



## Impfung gefährlich?

**Darf man nach einer Gelbfieberimpfung nicht schwanger werden?**  
Die Gelbfieberimpfung ist eine notwendige Impfung wenn Reisen in tropische Regionen in Südamerika und Afrika, also auch Kolumbien, geplant sind, da Gelbfieber eine akut lebensbedrohliche Erkrankung ist. Es wird empfohlen, dass für 1/4 Jahr nach Impfung keine Schwangerschaft eintreten sollte. Andererseits besteht, falls unwissentlich während der Schwangerschaft eine Gelbfieberimpfung mit dem sogenannten „Lebend-Virusimpfstoff“ erfolgte, keine Empfehlung oder Notwendigkeit, eine bestehende Schwangerschaft zu unterbrechen.

**BERLINER KURIER** Fragen? Wünsche? Tipps?  
Tel. 030/23 27 56 98 (Mo.–Fr. 10–15 Uhr)  
E-Mail: service-redaktion@berliner-kurier.de



## Telefon-Aktion zum Tag des Schlaganfalls

# Zeit ist Hirn!

Warum man im Notfall schnell reagieren muss, um das Schlimmste zu verhindern:  
Berliner Chefärzte informieren

Jährlich erleiden etwa 270 000 Menschen in Deutschland einen Schlaganfall. Er ist die dritthäufigste Todesursache und der häufigste Grund für Behinderungen im Erwachsenenalter. Allein in Berlin sind jedes Jahr 12 000 Menschen betroffen. Ungefähr ein Drittel der Patienten behält bleibende Behinderungen zurück. Werden Symptome erkannt, zählt jede Minute, um zu helfen.  
Der 10. Mai ist seit über 15 Jahren dem Thema Schlaganfall gewidmet. 1999 wurde der bundesweite „Tag gegen den Schlaganfall“ ins Leben gerufen. In diesem Jahr führt der Berliner KURIER aus diesem Anlass gemeinsam mit der Berliner Schlaganfall-Allianz (BSA e.V.) eine Telefon-Aktion durch. Als Experten stehen Chefärzte aus den BSA-Mitgliedeinrichtungen für Fragen rund um den Schlaganfall zur Verfügung (siehe Kasten).  
Jeder Berliner und Brandenburger kann Betroffener sein, jeder sollte Symptome erkennen und jeder sollte wissen, was zu tun ist. Darum informieren Sie sich – und rufen Sie heute an!  
Das Risiko einen Schlaganfall zu erleiden nimmt zwar mit einem höheren Lebensalter zu, der Schlaganfall trifft aber nicht nur die „Alten“. Etwa jeder vierte Neuerkrankte ist im erwerbsfähigen Alter, schätzungsweise 5 Prozent von ihnen sind sogar jünger als 40 Jahre.  
Es gibt erbliche Risikofaktoren für einen Schlaganfall. Menschen, deren Verwandte von einem Schlaganfall getroffen wurden, haben ein erhöhtes Schlaganfallrisiko. Während Lebensalter und genetische Voraussetzungen nicht beeinflussbare Risikofaktoren darstellen, können viele andere gut beeinflusst werden. Zu diesen Risiko-

### Schlaganfall: Alarm-Signale



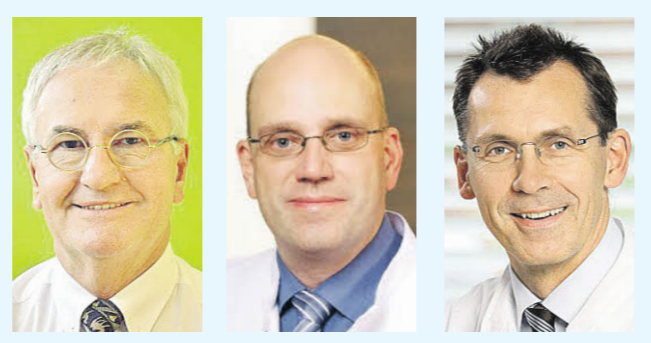
kofaktoren gehören vor allem: hoher Blutdruck, Rauchen, Fettstoffwechselstörungen, Übergewicht und Bewegungsmangel, Zuckerkrankheit/Diabetes mellitus, Herzrhythmusstörungen (Vorhofflimmern). Der Schlaganfall kann entweder durch eine Blutung (15 Prozent) oder ein Blutgerinnsel mit Gefäßverschluss (85 Prozent) verursacht werden. Ungefähr ein Drittel der Patienten behält bleibende Behinderungen zurück, das heißt z.B. Lähmungen der Arm- und Beinmuskulatur, Sprachstörungen, Gedächtnis- oder Aufmerksamkeitsstörungen oder weitere neurologisch bedingte Ausfallerscheinungen. Rund 20 Prozent versterben in den ersten drei Monaten nach dem Schlaganfall.  
Um im Notfall richtig handeln zu können, ist es wichtig, die Symptome für einen Schlaganfall zu kennen. Häufige Symptome eines Schlaganfalls sind Sprach- und Sprechstörungen, Lähmungen, Sehstörungen und Taubheitsgefühle, Schwindel mit Gangunsicherheit sowie sehr starker Kopfschmerz. Allen Symptomen bei einem Schlaganfall ist gemeinsam, dass sie plötzlich („schlag“-artig), von einer Sekunde auf die andere auftreten. Wer morgens mit den Symptomen aufwacht, hat eventuell im Schlaf einen Schlaganfall erlitten.  
Zeit ist Hirn: Wenn der Betroffene eines der oben genannten Symptome zeigt, zählt jede Minute. Nun muss sofort über die 112 der Notruf verständigt werden und das Stichwort „Schlaganfall“ genannt werden. Der Rettungsdienst bringt den Patienten in die nächste Rettungsstelle eines Krankenhauses mit Schlaganfallspezialstation (Stroke Unit). Hier wird sofort mit der Behandlung begonnen.  
➤ Weitere Informationen gibt's im Servicepunkt Schlaganfall auf dem Campus der Charité Mitte, Sauerbruchweg 3, EG, Räume 103-105, 10117 Berlin-Mitte. Tel.: 030/450 560 600. Mail: servicepunkt@schlaganfall-allianz.de, Sprechstunden: Montag und Donnerstag 11 bis 13 Uhr, Mittwoch 15 bis 17 Uhr

## Kostenlose Hotline: Rufen Sie heute von 13 bis 15 Uhr an



Haben Sie Risikofaktoren in Ihrem Leben entdeckt, die zu einem Schlaganfall führen könnten? Möchten Sie gewappnet sein, falls jemand in Ihrer Nähe einen Schlaganfall erleidet? Haben Sie weitere Fragen? Dann rufen Sie heute an – in der Zeit von 13 bis 15 Uhr. Die kostenlose Hotline:  
➤ Tel. 0800/23 27 027  
Ihre Fragen beantworten:  
➤ Prof. Dr. med. Diethard Steube  
Chirurg und Neurochirurg, Arzt für Neuroradiologie/Physikalische und Rehabilitative Medizin, Chef-

arzt Neurologie, Chirurg und Neurochirurg, ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation  
➤ Dr. Christian Dohle  
Facharzt für Neurologie, Rehabilitationswesen, Sozialmedizin und Physikalische Therapie. Ärztlicher Direktor der MEDIAN Klinik Berlin-Kladow und Mitglied des Centrums für Schlaganfallforschung Berlin an der Charité  
➤ Prof. Dr. med. Georg Hagemann  
Chefarzt der Klinik für Neurologie, HELIOS Klinikum Berlin-Buch GmbH



Prof. Dr. med. Diethard Steube    Ärztlicher Direktor Dr. Christian Dohle    Prof. Dr. med. Georg Hagemann

## Nachrichten

### Seinen Körper kennen

Stress im Job, und der Rücken tut weh. Ein herzliches Lachen, und der Brustkorb wird leicht. Wer sich in seiner Haut wohlfühlen will, findet in „Zuhause im eigenen Körper“ (Beltz Verlag, 22,95 Euro) Tipps und Übungen zur Körperwahrnehmung.

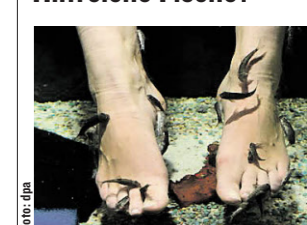
### Folge von Diabetes

Wenn bei Diabetikern die Blutzuckerwerte dauerhaft zu hoch sind, kann eine Blasenschwäche die Folge sein. Die Nerven werden geschädigt, die dann das Signal für eine volle Blase nicht mehr an das Gehirn weiterleiten, so die Organisation diabetes DE – Deutsche Diabetes-Hilfe. Betroffene verlieren das Gefühl dafür, wann ihre Blase voll ist. Die Blasenwand wird überdehnt, verliert Kraft. Das schwächt den Muskel, der für die Entleerung zuständig ist.

### Bauchschmerz bei Kids

Die Ursache für Bauchschmerzen bei Kindern liegt oft nicht im Bauch. Prof. Michael Melter, Klinik für Kinder- und Jugendmedizin am Uniklinikum Regensburg: „Gerade Kleinkinder projizieren viele Arten von Schmerz auf den Bauchraum, auch wenn sie eine Lungen- oder Mittelohrentzündung haben.“ Eltern sollten die Ursache abklären lassen.

### Hilfreiche Fische?



Fisch-Pediküre mit Saugbarben (Garra Rufa) soll Menschen mit Hautkrankheiten Linderung verschaffen. Die Schulmedizin steht dem skeptisch gegenüber: Evaluiert oder studienmäßig auf Evidenz überprüft worden seien die Darstellungen zu Therapieerfolgen nicht, so Ralf Blumenthal vom Bundesverband der Deutschen Dermatologen. Im optimalen Fall könnten die Knabberfische beim Abschuppen helfen, niemals aber eine nachhaltige Behandlung darstellen.