

## Schlaganfall – Was tun?

Jedes Jahr erleiden rund **270.000 Menschen** in Deutschland einen **Schlaganfall**. Körperliche und geistige Behinderungen, sowie der Tod sind dann häufig die Folge.

Verschiedene klinische Studien konnten jedoch zeigen, dass die Chancen auf Heilung stark davon abhängen, wie schnell ein Patient nach Erleiden des Schlaganfalls behandelt wird. Das englische Motto der Ärzte lautet daher „**Time is brain**“ also „**Zeit ist Hirn**“, denn je schneller die Behandlung nach einem Schlaganfall begonnen wird, desto mehr Hirngewebe lässt sich retten.

Das kritische Zeitfenster bewegt sich dabei in einem Rahmen zwischen wenigen Minuten und **4,5 Stunden** (s. Tabelle).


Behandlungsbeginn (nach Beschwerdebeginn)	Beschwerdefreiheit (nach Behandlung)
3 – 4 Stunden	Jeder <b>14.</b> Patient
1,5 – 3 Stunden	Jeder <b>9.</b> Patient
In den ersten <b>1,5 Stunden</b>	Jeder <b>4. bis 5.</b> Patient


## Wie erkenne ich einen Schlaganfall?

Um eine möglichst schnelle Behandlung zu gewährleisten, ist es natürlich wichtig, dass jeder Mensch die Anzeichen eines Schlaganfalls erkennen kann. Eine simple **Merkstütze** bietet dabei das Wort „**SALZ**“. Klagt ein Mensch über plötzliche Kopfschmerzen und Übelkeit, Kribbeln in Armen oder Beinen, Sehstörungen oder Schwindel, so bitten Sie ihn die folgenden **4 Schritte** auszuführen. Sollte der „Patient“ bei einem dieser Schritte Probleme haben, rufen Sie **sofort einen Notarzt** unter **112** und beschreiben Sie die Symptome.

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!  
(z.B. „heute ist ein schöner Tag“; der Patient wird Probleme haben den Satz korrekt auszusprechen)
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!  
(Der Patient wird es nicht oder nur teilweise können.)
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln!**  
(Das Lächeln wird verzerrt aussehen, da z.B. einer der Mundwinkel nach unten hängt)
4. Bitten Sie die Person Ihre **Zunge** herauszustrecken!  
(Die Zunge wird gekrümmt sein oder unwillkürlich zucken)

→ **SALZ: Satz, Arme, Lächeln, Zunge**






**Schlaganfall - was tun?**  
Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln!**
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreiben Sie die Symptome.



**Schlaganfall - was tun?**  
Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln!**
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreiben Sie die Symptome.

Im Eifer des Gefechts kann man diese 4 Schritte jedoch leicht vergessen. Damit Sie im Ernstfall aber immer wissen was zu tun ist, haben wir diese **Druckvorlage** vorbereitet.

**Kopieren** Sie sich diese (und/oder die folgende) Seite und schneiden die „**Visitenkarten**“ aus. Diese passen perfekt in den Geldbeutel, an den Kühlschrank, die Pinnwand im Büro etc.

Teilen Sie diese Anleitung und klären Sie Freunde und Bekannte auf, denn im Zweifel kann „Salz“ über **Leben und Tod** entscheiden.

## Leben retten leichtgemacht.

Wie erkenne ich einen Schlaganfall?

Ausdruck der Anleitung für die ganze Familie, eine Schulklasse, die Arbeitskollegen etc.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.



### Schlaganfall - was tun?

Schlaganfall erkennen durch „SALZ“

1. Bitten Sie die Person einen einfachen **Satz** zu sprechen!
2. Bitten Sie die Person beide **Arme** zu heben!
3. Bitten Sie die Person zu **lächeln**!
4. Bitten Sie die Person ihre **Zunge** herauszustrecken!

Falls die Person bei einem der Schritte Probleme hat, rufen Sie sofort einen Notarzt unter **112** und beschreibe Sie die Symptome.