

## Medienmitteilung

### Welt-Schlaganfall-Tag vom 29. Oktober

#### Check-up und Beratung im Spital Sitten

**Sitten, 22. Oktober 2018 — Am Montag, 29. Oktober, ist Welt-Schlaganfall-Tag. Das Spital Wallis möchte an diesem Tag die Bevölkerung und seine Mitarbeitenden für diese Krankheit, die vor niemandem Halt macht, sensibilisieren. Im Spital Sitten werden persönliche Check-ups angeboten: vorbeugen ist möglich.**

Alle 30 Minuten erleidet jemand in der Schweiz einen Schlaganfall (auch Hirnschlag genannt). Es trifft 1 von 6 Personen. Das Risiko steigt zwar mit zunehmendem Alter, doch 15% der Betroffenen sind jünger als 65 Jahre. Ein Viertel der Betroffenen stirbt und ein Drittel hat bleibende Behinderungen. Der Schlaganfall ist weltweit eine der häufigsten Todes- und Invaliditätsursache. 90% der Schlaganfälle sind mit modifizierbaren Risikofaktoren verbunden (siehe Kasten)

#### Individuelle Beratung für die Bevölkerung im Spital Sitten

Die Fachpersonen der Stroke Unit Wallis informieren in der **Eingangshalle des Spitals Sitten am Montag, 29. Oktober, von 10 bis 19 Uhr**. Sie können sich vor Ort testen und beraten lassen.

#### Zum Programm:

- Gefäss Check-up.
- Berechnung Ihres persönlichen Risikos.
- Medizinische und pflegerische Beratung sowie Ernährungsberatung.
- Informationen unserer Partner: Fragile Wallis, Schweizerische Herzstiftung, Gesundheitsförderung Wallis, Sucht Wallis.

#### Die Stroke Unit Wallis im Spital Sitten

Schlaganfall-Patienten aus dem ganzen Kanton profitieren im Spital Sitten von einer eigenen Walliser «Stroke Unit» (von englisch *stroke* = Schlaganfall). Diese ist seit 2013 zertifiziert und Teil eines koordinierten nationalen Netzwerks. Die Stroke Unit Wallis baut sich stetig aus. Heute werden zweimal mehr Patienten behandelt als vor 10 Jahren. Ein komplettes Leistungsangebot ist gewährleistet, von der Bilanz, der Behandlung über den Verlauf von kardiovaskulären Krankheiten.

*«Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass Patienten, die in einer Stroke Unit versorgt werden, aufgrund des spezifischen Monitorings durch Spezialistenteams und der standardisierten Abläufe bessere Prognosen haben», so Dr. Christophe Bonvin, Chefarzt der Stroke Unit Wallis.*

**Weitere Auskünfte erhalten Sie bei:**

Dr. med. Christophe Bonvin, Chefarzt der Stroke Unit Wallis, Abteilung Neurologie des Spitalzentrums des französischsprachigen Wallis (ebenfalls Fotolegende)  
T 027 603 18 44, [christophe.bonvin@hopitalvs.ch](mailto:christophe.bonvin@hopitalvs.ch)

**Beilagen:**

- Foto Dr. med. Christophe Bonvin
- Informationsflyer des Spital Wallis, Check-up und Beratung am 29.10.2018

**Nützliche Links:**

[www.worldstrokecampaign.org](http://www.worldstrokecampaign.org),  
[www.hirnschlag.ch](http://www.hirnschlag.ch)  
[www.swissheartcoach.ch](http://www.swissheartcoach.ch)  
[www.spitalvs.ch](http://www.spitalvs.ch)

**Symptome, Risikofaktoren und Vorbeugung****Merken Sie sich die Hauptsymptome und reagieren Sie schnell!**

Zu einem Schlaganfall kommt es, wenn ein Blutgefäss im Hirn verstopft ist (sogenannter ischämischer Schlaganfall – 85% der Fälle) oder reisst («Hirnblutung» – 15% der Fälle). Wenn die ersten Symptome auftreten, sterben laufend Tausende Neuronen ab. Deshalb gilt: Jede Minute zählt!

Die nachstehenden Anzeichen sind charakteristisch für einen Schlaganfall, auch wenn sie vielleicht nach einigen Minuten wieder verschwinden. Sie müssen ernst genommen werden und bedingen eine sofortige Hospitalisation.

- **Plötzliche Schwäche, Lähmung oder Gefühlsstörung**, meist nur auf einer Körperseite (Gesicht, Arm oder Bein)
- **Sehstörungen** (manchmal nur auf einem Auge, resp. einer Seite)
- **Sprachstörungen oder Schwierigkeiten, Gesprochenes zu verstehen**
- **Starker Schwindel** mit Gleichgewichtsstörungen
- **Plötzliche starke Kopfschmerzen**

Wenn eines dieser Symptome auftritt, **rufen Sie sofort den Sanitätsnotruf 144 an**. Verlangen Sie die Einweisung in ein Spital mit einer Stroke Unit, das auf die Akutversorgung von Schlaganfällen spezialisiert ist.

**Die 10 wichtigsten Risikofaktoren**

«Wer die Faktoren kennt und seinen Lebensstil anpasst, kann das Risiko eines Schlaganfalls deutlich verringern und auf diese Weise bestmöglich vorbeugen», erklärt Dr. Christophe Bonvin, Chefarzt der Stroke Unit Wallis.

Die 10 Risikofaktoren, die bei 90% der Schlaganfälle mit einhergehen:

1. Hoher Blutdruck
2. Rauchen (auch Passivrauchen)
3. Hoher Cholesterinspiegel
4. Unausgewogene Ernährung
5. Übergewicht
6. Diabetes
7. Bewegungsmangel
8. Zu viel Alkohol
9. Vorhofflimmern («Herzflattern»)
10. Stress

Ein Schlaganfall kann jeden treffen und verheerende Folgen haben.  
Diskutieren Sie mit Ihrem Arzt über allfällige Präventionsmassnahmen.  
Handeln Sie deshalb sofort! Evaluieren Sie Ihr Risiko mit der App Swiss Heart  
Coach der Schweizerischen Herzstiftung» ([www.swissheartcoach.ch/de](http://www.swissheartcoach.ch/de)).