

# gesundes LAND

Beilage der Tiroler Landeszeitung

Dezember 2013

RM 04A035550 VPA 6020 Innsbruck. Österreichische Post AG/Postentgelt bar bezahlt.



Foto: Tirol Werbung/Wiedenhofner

## Seite 05

### Schnee einmal anders

Abseits von Skipiste, Langlaufloipe und Rodelbahn laden Winterwanderungen in Tirol zu einem Schneeslebnis der anderen Art ein. Wir präsentieren vier Tourenvorschläge.

## Seite 07

### Gratis-Impfschutz

Im kommenden Jahr startet die kostenfreie HPV-Impfung für Mädchen und Buben im Rahmen der Schulimpfung. Das bedeutet Schutz vor humanen Papillomaviren, die Krebs auslösen können.

## Seite 08

### Schlaganfall: Jede Minute zählt

Wichtig ist das rasche Eintreffen des Patienten im Krankenhaus. Je schneller die „Lyse-Therapie“ erfolgt, desto besser die Chancen, keine langfristigen Schäden davonzutragen.



## TIROLER GESUNDHEITSDATEN SIND ONLINE



Foto: iStock

Ein frei zugängliches Online-Informationsservice des Landes für das Gesundheitswesen ist der Tiroler Gesundheitsdatenatlas. Möglich ist der Abruf der Standorte der einzelnen Gesundheitseinrichtungen (Krankenanstalten, private Ambulatorien, Arztordinationen, Apotheken, Alten- und Pflegeheime, mobile Dienste) in flexibler Maßstabtiefe: also von der einzelnen Gemeinde, dem Planungsverband, über den Bezirk hin bis zum Bundesland. Außerdem werden ausgewählte Themen und Kennzahlen aus der Tiroler Gesundheitsstatistik präsentiert.

Eine weitere Säule der Gesundheitsberichterstattung ist der regelmäßig erscheinende Tiroler Gesundheitsbericht mit grundlegenden Daten zum Gesundheitszustand der Bevölkerung. Außerdem wird ein Überblick zu gesundheitlichen Einflussfaktoren wie Ernährungs-, Bewegungs- und Suchtverhalten geboten.



[www.tirol.gv.at/gesundheitsbericht](http://www.tirol.gv.at/gesundheitsbericht)



[www.tirol.gv.at/gesundheitsdatenatlas](http://www.tirol.gv.at/gesundheitsdatenatlas)

## RECHTZEITIG DEN VERSICHERUNGSSCHUTZ FÜR SKI- UND BERGUNFÄLLE ÜBERPRÜFEN



Symbolfoto: iStock

Passiert ein Unfall im Tal oder ist ein Einsatz der Flugrettung aufgrund eines medizinischen Notfalles erforderlich, übernimmt das Land Tirol grundsätzlich dafür die Kosten. Bei Unfällen am Berg oder bei Fällen von Bergnot muss aber immer damit gerechnet werden, dass die Kosten für den Flugrettungseinsatz selbst zu bezahlen sind. Hier gilt das Prinzip der Eigenverantwortung. Die Kosten für einen Einsatz der Flugrettung betragen in der Regel mehrere tausend Euro.

Daher ist es sinnvoll, durch Abschluss einer entsprechenden Versicherung für sich und seine Familie vorzusorgen. Entsprechende

Angebote gibt es etwa beim Alpenverein, den Naturfreunden, der Bergrettung, dem ÖSV, den AutofahrerInnenklubs ÖAMTC und ARBÖ oder den Versicherungsunternehmen.

Bevor Sie in die Berge aufbrechen wird daher empfohlen zu überprüfen, ob Sie und Ihre Familie über eine ausreichende Absicherung im Falle eines Einsatzes der Flugrettung verfügen. Schon mit wenigen Euro für die Vorsorge können Sie sich die finanziellen Sorgen angesichts einer Flugrettungsrechnung über mehrere tausend Euro bei einem – hoffentlich nie eintretenden – Alpinunfall ersparen!

## DIE GRIPPEWELLE KOMMT

Der Winter kommt und damit auch wieder Schnupfen und Husten. Gegen die Grippe gibt es einen Impfstoff, der mit hoher Wahrscheinlichkeit diese Infektion abwendet. Und so vermeidet man die sogenannte Verkühlung: häufiges Händewaschen und ausreichendes Spülen danach mit Wasser, Hautpflege mit rückfettender Lotion und Lüften, Wechseln der Bettwäsche sowie Kleidung, den Kontakt der

Hände mit dem Gesicht möglichst gering halten, Gebrauch von Taschentüchern und Abwenden von Personen in Ihrer Nähe bei Husten und Niesreiz, regelmäßige Stoßlüftung der Räume und Oberflächenreinigung. Dabei nicht zu vergessen sind Türschnallen, WC-Spültasten, Lichtschalter, TV-Fernbedienungen, PC-Tastaturen und -tablets oder Telefone als beliebte „Siedlungen“ für diese unliebsamen Viren.



Foto: iStock

Computertastaturen und Fernbedienungen sind als beliebter Siedlungsort von Viren regelmäßig zu reinigen.

# Ist auch Ihr Babysitter gegen Keuchhusten geimpft?

**DIESER IMPFSCHUTZ IST FÜR ALLE PERSONEN IM UMFELD EINES NEUGEBORENEN WICHTIG, AUCH FÜR TAGESMÜTTER UND BABYSITTER.**



Foto: BilderBox

Keuchhustenerkrankungen nehmen seit einigen Jahren wieder deutlich zu. Säuglinge, die noch nicht ausreichend immunisiert werden können, sind durch diese Erkrankung besonders gefährdet: Neben den quälenden Hustenattacken und Erbrechen von zähem Schleim kann es auch zu Atemstillständen kommen.

Schwangere, die nicht immun sind, also nicht vor Eintritt der Schwangerschaft geimpft wurden, werden in der 27. bis 36. Schwangerschaftswoche immunisiert. Sehr wichtig ist auch, dass neben Mutter und Kind alle Personen im Umfeld eines Säuglings einen aktuellen Impfschutz gegen Keuchhusten aufweisen: Das betrifft auch Vater, Großeltern, Geschwister, Babysitter oder Tagesmutter. Wenn die letzte Impfung bei Personen in einem Naheverhältnis zu einem Neugeborenen mehr als zwei Jahre zurückliegt, sollte eine Auffrischung erfolgen.

Im Rahmen des kostenlosen Kinderimpfprogramms des Landes Tirol soll die Keuchhustenimpfung im 3., 5. und vom 12. bis 14. Lebensmonat des Babys zeitgerecht verabreicht werden. Im Schulkindalter erfolgt eine Kombinationsimpfung gemeinsam mit Diphtherie, Tetanus und Polio vom 7. bis 9. Lebensjahr.

Ab dem 19. Lebensjahr soll generell bis zum 60. Lebensjahr eine Auffrischungsimpfung mit Keuchhusten als Kombinationsimpfstoff mit Diphtherie, Tetanus sowie Polio alle zehn Jahre und ab dem 60. Lebensjahr alle fünf Jahre erfolgen. ■

Anita Luckner-Hornischer, Amtsärztin,  
Landessanitätsdirektion



Foto: Land Tirol/Berger

## Die TirolerInnen sind am gesündesten

Der österreichische Gesundheitsbericht stellt unserem Bundesland ein hervorragendes Zeugnis aus: Wir haben die höchste Lebenserwartung, wir machen die meiste Bewegung, wir haben bessere Gesundheitswerte bei der Schuljugend, wir nehmen die Vorsorgeuntersuchungen sehr gut an.

Gerade in Sachen Vorsorge stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe von „gesundes tirol“ neben dem Schutz vor Keuchhusten eine neue Impfung vor: Die HPV- Impfung (Humane Papilloma-Viren) als Schutz vor Gebärmutterhalskrebs wird ab 2014 kostenfrei im Rahmen des Schulimpfprogramms angeboten.

Weitere Themen sind die Früherkennung von Darmkrebs sowie die Vorbeugung gegen Bluthochdruck als Risikofaktor für Herzinfarkt und Schlaganfall. Auch zur Sprache kommt, wie man einen Schlaganfall erkennt und richtig darauf reagiert.

Liebe Leserinnen und Leser, mit unserer regelmäßig erscheinenden Gesundheitsbeilage möchten wir Sie informieren und vor allem motivieren, Ihren persönlichen Beitrag zu einem Leben frei von Krankheit und Beschwerden zu leisten.

Einen gesunden Winter  
wünscht Ihnen

**Bernhard Tilg**  
Landesrat für Gesundheit, Pflege,  
Wissenschaft und Forschung



# Bitte Druck abbauen!

**BLUTHOCHDRUCK TUT NICHT WEH UND GILT DOCH ALS GRÖSSTER RISIKOFAKTOR FÜR DEN SCHLAGANFALL.**

Der ständige Überdruck in den Gefäßen verhärtet die Arterien und begünstigt die Atherosklerose. Bluthochdruck ist unbestritten der Risikofaktor Nummer eins für einen Schlaganfall. In Ruhe gemessen gelten systolische (obere) Werte über 140mm Hg und diastolische (untere) Werte über 90mm Hg als überhöht. Man schätzt, dass jeder vierte Österreicher an zu hohem Blutdruck leidet, die Hälfte davon weiß es aber nicht.

Wenn man bei einer Blutdruckmessung einen Wert über 140/90 feststellt, dann sollten über zehn Tage hinweg drei Mal täglich Messungen mit einem geeichten Blutdruckmessgerät erfolgen: Sind mehr als sieben dieser Werte über 140/80, dann wendet man sich mit diesen Werten an Hausarzt oder Internistin, um eine weitere Abklärung und Behandlung einzuleiten. Eine 24-Stunden-Langzeitmessung gibt Auskunft über den Tagesverlauf und ob die Angst vor der Messung einen Einfluss hat.

### **Weniger Nikotin, Alkohol und Kochsalz**

Was können wir selbst tun, um den Blutdruck zu senken? Die Reduktion von Übergewicht stellt dabei eine der wichtigsten Maßnahmen dar. Weiters bewirkt der Verzicht auf Alkohol eine wesentliche Senkung und Rauchen sollte überhaupt eingestellt werden, da Nikotin gefäßverengend und damit blutdrucksteigernd wirkt. Patienten mit hohem Blutdruck sollten salzarm essen und den Bohnenkaffee durch koffeinfreien Kaffee ersetzen.

Wenn eine medikamentöse Behandlung notwendig ist, sollte diese unter laufender Kontrolle eines Arztes durchgeführt werden. Bis das

richtige Medikament und die richtige Dosierung gefunden sind, braucht es viel Geduld – die Behandlung ist meist eine lebenslange.

### **Mehr Bewegung hilft**

Bewegungsmangel ist ein bedeutender Risikofaktor der koronaren Herzerkrankung und des Schlaganfalls. Es steht außer Zweifel, dass gezielte körperliche Belastung einen positiven Einfluss auf die anderen Risikofaktoren hat und dass richtig durchgeführter Sport zu Entspannung und Wohlbefinden führt. Bewegung beeinflusst den Fett- und Zuckerstoffwechsel, senkt erhöhten Blutdruck und reduziert Übergewicht.

### **Welche Pulsfrequenz beim Sport?**

Sport ist die wichtigste Nebensache der Welt, soll Spaß machen und kein Leistungssport sein. Zu empfehlen sind vor allem Ausdauersportarten wie Laufen, Skiwandern, Schwimmen, Radfahren oder schnelleres Gehen. Die wichtigste Voraussetzung dafür, dass Sport Spaß und Freude macht, ist die Wahl der geeigneten Belastungshöhe. Ein Anhaltspunkt dafür ist die Pulsfrequenz: Ein gesunder Erwachsener bis 40 Jahre sollte eine Frequenz von 130 bis 150 Schlägen/Minute erreichen. Für über 40-Jährige gilt die Faustregel: 180 minus Lebensalter = Trainingspulsfrequenz. Natürlich braucht man eine gute Ausrüstung, etwa gute Laufschuhe, die Gelenke und Sehnen schonen. Wie bei den Medikamenten kommt es eben auf die richtige Dosis an. ■

*Edwin Knapp, Dr. med., avomed-Arbeitskreis für Vorsorgemedizin und Gesundheitsförderung in Tirol*



Fotos: BilderBox



Foto: Tirol Werbung/Wiedenhofer

# Einfach gesund: Durch den Tiroler Winter wandern

WANDERN IM WINTER HAT EINEN GANZ BESONDEREN REIZ: DER SCHNEE KNIRSCHT UNTER DEN SCHUHEN, DER ATEM RAUCHT IN DER FRISCHEN LUFT.

Regelmäßige Bewegung ist Bestandteil eines gesunden Lebensstiles, der vor Erkrankung schützt. Abseits der Skipisten, Langlaufloipen sowie Rodelbahnen laden geräumte und markierte Wege in ganz Tirol zum Winterwandern ein. Hier vier Routenvorschläge, weitere unter



[www.tirol.at/wandern-im-winter](http://www.tirol.at/wandern-im-winter)

## Ins Falzthurntal

Diese Wanderung durch die Berglandschaft des Karwendels beginnt am Parkplatz Karwendeltäler in Pertisau. Über den Alpengasthof und die Sennhütte Falzthurn führt der Weg bis zum Talchluss bei der Gramaialm.

Streckendaten: 14 Kilometer, 300 Höhenmeter, mittelschwierig.

## Von Angerberg nach Breitenbach

Unternehmen Sie einen Ausflug in die wunderbare Winterlandschaft bei Angerberg. Vom Hotel Schlossblick wandern Sie Richtung Schönau. Dort können Sie die Runde noch bis zum Gasthof Kaiserblick weiter ausdehnen.

Streckendaten: 3,5 Kilometer, 60 Höhenmeter, leicht.

## Von Mieming nach Gschwent

Diese Rundwanderung führt über das reizvolle Mieminger Plateau. Vom Parkplatz beim Waldschwimmbad Barwies führt der Weg nach Gschwent. Auf dem Rückweg nach Barwies besteht die Möglichkeit, den sagenumwobenen Schatzstein mitten in den Wäldern von Mieming zu sehen. Außerdem ist der Besuch des Themenweges Alpinpark Mooswiesenweg möglich.

Streckendaten: 4,5 Kilometer, 30 Höhenmeter, leicht.

## Von Zöblen zum Zugspitzblick

Die Wanderung beginnt am Parkplatz bei der Ortseinfahrt Zöblen-West und führt zum Berghotel Zugspitzblick auf 1.304 Metern Seehöhe. Freuen Sie sich auch auf den herrlichen Ausblick ins Tannheimer Tal. Und mit etwas Glück sehen Sie vom Wildtierbeobachtungsstand aus einen kapitalen Hirsch.

Streckendaten: 4,2 Kilometer, 211 Höhenmeter, mittelschwierig.

## DAMIT DIE LUFT NICHT WEGBLEIBT

Nebel und Kälte machen jetzt so manchem zu schaffen – besonders aber Menschen mit Asthma und COPD, der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung. Der Grund: In den Wassertröpfchen des Nebels können Schadstoffe gelöst sein, die dadurch leichter eingeatmet werden. Kalte Luft wiederum kann weniger Feuchtigkeit speichern als warme und ist deshalb trockener, zudem kann Kälte die Bronchien verengen. All dies belastet ohnehin schon kranke Atemwege zusätzlich.

Beim Spaziergang im Kalten ist es für viele PatientInnen hilfreich, einen Schal vorzubinden und durch die Nase zu atmen. Auf diese Art wird die Luft vorgewärmt und angefeuchtet – die Atemwege werden weniger gereizt. Außerdem gilt es auch im Winter, ausreichend Wasser oder ungesüßten Tee zu trinken.

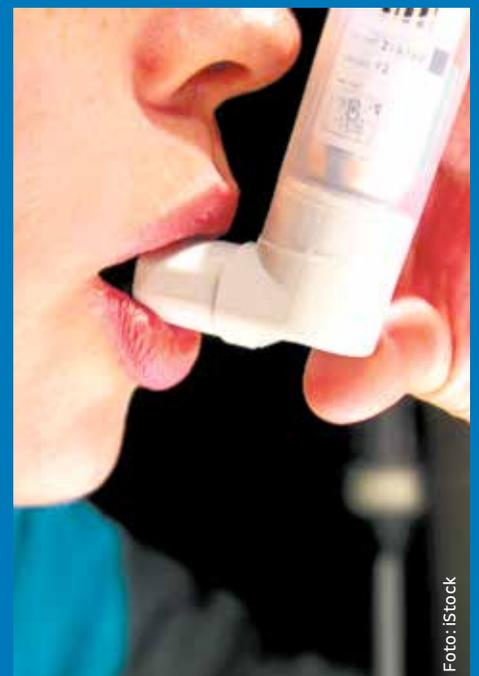


Foto: iStock

## VEGETARISCHE KRAUTWICKLER: GESUND UND LECKER!

### Zutaten:

1 Weißkrautkopf  
Salz, Kümmel  
1 Zwiebel  
250 g Melanzani  
100 g Knödelbrot  
150 g gekochte Kastanien  
1 Ei  
Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel, Chilli

### Sauce:

1 Knoblauchzehe  
1/2 Zwiebel  
Öl  
1/2 l passierte Tomaten  
Salz  
Zucker  
evt. 1 Gemüsebrühwürfel

### Zubereitung:

Krautkopf waschen und als Ganzes in Salzwasser und Kümmel halbweich kochen.

Die großen Blätter ablösen und die Blattrippen flach schneiden. Restlichen Krautkopf klein schneiden und gemeinsam mit gehackter Zwiebel, Knödelbrot und klein geschnittenen Kastanien in wenig Öl anrösten. Kleingewürfelte Melanzani in einer eigenen Pfanne mit Öl anrösten. Anschließend zusammenmischen und auskühlen lassen. Dann die Fülle mit einem Ei und Gewürzen fertigstellen und auf die großen Krautblätter verteilen, aufwickeln und mit Zahnstochern fixieren.

### Sauce:

Zwiebel klein schneiden und in wenig Öl anrösten lassen, gepressten Knoblauch dazu und mit passierten Tomaten ablöschen. Einige Minuten köcheln lassen, mit Salz und Zucker abschmecken. Die Krautwickler in eine feuerfeste Form geben, mit sehr wenig Öl kurz von allen Seiten anbraten und dann mit der Tomatensauce übergießen. In das vorgeheizte Rohr geben und bei 180 Grad rund 30 bis 45 Minuten gardünsten lassen. Dazu schmecken Salzkartoffeln.

### Guten Appetit!



Fotos: BilderBox, iStock

# Der Radarschirm gegen Darmkrebs

**MIT EINER DARMSPIEGELUNG WERDEN 95 VON 100 TUMOREN AUFGESPÜRT: AB DEM 50. LEBENSJAHR WIRD DIESE VORSORGE EMPFOHLEN.**

Darmkrebs ist in Österreich die dritthäufigste Krebserkrankung der Männer und die zweithäufigste der Frauen. Tirol lag von 2008 bis 2010 mit 361 Neuerkrankungen im Bundesländervergleich an vierter Stelle.

Unter Darmkrebs versteht man bösartige Schleimhautwucherungen im Dick- und Mastdarm, die in rund 90 Prozent der Fälle aus Polypen entstehen: Aus gutartigen Wucherungen der Darmschleimhaut können in sechs bis zehn Jahren bösartige Tumore werden.

Erfolgreicher als bei anderen Krebsarten werden durch Früherkennung bösartige Neubildungen im Darm rechtzeitig gefunden: Beim Test auf Blut im Stuhl können nur etwa 30 Prozent der Tumore erkannt werden. Mit einer Darmspiegelung (Koloskopie) werden jedoch etwa 95 von 100 Darmtumoren entdeckt. Durch den After eingeführte Koloskop besitzt an der Spitze einen Videochip samt Beleuchtung und überträgt das Bild auf einen Monitor. Ein Arbeitskanal ermöglicht das Einführen von kleinen Instrumenten, mit denen Gewebeprobe oder Polypen ent-

nommen werden können. Der große Vorteil dieser sanften und schmerzfreien Methode liegt darin, dass schon gleichzeitig mit der Untersuchung entdeckte Polypen entfernt werden, die später nicht mehr bösartig werden können.

Die Eigenvorsorge zählt: Bei Darmkrebs können bis zu 50 Prozent der Fälle durch fettarme, ballaststoffreiche Ernährung, Reduktion von Alkohol und Nikotin sowie regelmäßige Bewegung verhindert werden. ■

Herbert Bachler,

Tiroler Gesellschaft für Allgemeinmedizin



# Eine Gratis-Impfung gegen Krebs

AB DEM JAHR 2014 WIRD DIE HPV-IMPfung IN DIE IMPFAKTION TIROL AUFGENOMMEN UND ALS SCHULIMPfung FÜR MÄDCHEN UND BUBEN EINES SCHULJAHRGANGS GRATIS ANGEBOten.

Humane Papillomaviren (HPV) sind weltweit verbreitet. Die Übertragung erfolgt am häufigsten durch sexuelle Kontakte. Ebenso können bei der Geburt diese Viren von der Mutter auf das Kind übertragen werden. Etwa 70 Prozent aller Frauen und Männer werden im Laufe ihres Lebens mit genitalen HPV infiziert. In den meisten Fällen heilt die Infektion innerhalb von ein bis zwei Jahren spontan ab. Wenn dies nicht der Fall ist, besteht die Gefahr der Entwicklung von Karzinomen (Krebserkrankungen).

Die krebserregenden HPV-Typen 16 und 18 verursachen rund 70 Prozent aller Karzinome des Gebärmutterhalses. Außerdem werden Karzinome der Vulva (äußeres Geschlechtsorgan der Frau), des Penis und des Mund-/Hals-Bereichs auch durch HPV ausgelöst. In Österreich werden zirka 6.000 Gewebesenahmen am Gebärmutterhals wegen Krebsvorstufen pro Jahr durchgeführt. Dieser Eingriff verdreifacht das Frühgeburtsrisiko und die damit einhergehenden Gefahren. Etwa 400 neue Fälle von Gebärmutterhalskrebs werden jährlich bundesweit registriert.

## Schutz für Mädchen und Buben

Die HPV-Typen 6 und 11 sind für über 90 Prozent aller Genitalwarzen verantwortlich, die mehrere Zentimeter groß werden können. Mehr als ein Prozent der sexuell aktiven Personen leidet an Genitalwarzen, jeder Zehnte erkrankt im Verlauf des Lebens daran. Durch eine Impfung mit dem Schutz vor den vier erwähnten HPV-Typen im Alter von neun bis zwölf Jahren kann man den Folgen einer Infektion am besten vorbeugen - also vor Eintritt in das sexuell aktive Alter. Auch für sexuell aktive Frauen und Männer kann eine Impfung empfohlen werden, da diese auch nach einer bereits erfolgten Infektion oder durchgemachten Erkrankung noch vor Infektionen mit weiteren, durch den Impfstoff abgedeckten HPV-Typen schützen kann.

Die Impfung ersetzt keinesfalls die gynäkologischen Vorsorgeuntersuchungen mit Krebsabstrich des Gebärmutterhalses und andere



Sowohl Buben als auch Mädchen werden durch die neue kostenlose HPV-Impfung vor Krebserkrankungen geschützt.

notwendige Behandlungen: Die derzeitigen HPV-Impfstoffe schützen nicht gegen alle krebserregenden HPV-Typen. Aber je höher die Durchimpfungsrate ist, desto schneller ent-

steht in der Bevölkerung ein „Herdenschutz“ vor diesen Erkrankungen. ■

Anita Luckner-Hornischer, Amtsärztin,  
Landessanitätsdirektion

# Beim Schlaganfall zählt jede Minute

JE SCHNELLER DIE THERAPIE ERFOLGT, DESTO BESSER DIE CHANCEN, KEINE LANGFRISTIGEN SCHÄDEN VOM SCHLAGANFALL DAVONZUTRAGEN.

Ein Schlaganfall wird durch eine akute Durchblutungsstörung im Gehirn ausgelöst. Meist verstopft ein Blutgerinnsel eine Hirnarterie, seltener platzt ein Hirngefäß. Die Folgen sind immer dieselben: Das Gehirn wird verletzt und in seiner Funktion beeinträchtigt. Je nachdem welches Hirnareal betroffen ist, treten unterschiedliche Beschwerden auf – etwa plötzliche Lähmungserscheinungen einer Körperhälfte, Sprachstörun-

gen oder bestimmte Formen von Sehstörungen. Falls derartige Symptome auftreten, sollte umgehend der Telefonnotruf 144 gewählt und so Notarzt bzw. Rettung gerufen werden. Auch wenn sich die Beschwerden rasch von selbst wieder zurückbilden (der Volksmund nennt dies „Schlager!“), ist unbedingt ein Arzt aufzusuchen, da das „Schlager!“ der Vorbote des drohenden Schlaganfalls sein kann.

## Lyse-Therapie zur Auflösung des Blutgerinnsels

Wichtig für die Erholung nach dem Schlaganfall sind das rasche Eintreffen des Patienten im Krankenhaus und ein optimales Management in den ersten Stunden und Tagen sowie in weiterer Folge eine frühzeitige und konsequente neurologische Rehabilitation. Die Unterbrechung der Blutversorgung im Gehirn wird im Krankenhaus durch eine intravenöse Thrombolyse behandelt: Dabei wird ein spezielles Medikament über die Vene injiziert, das die Auflösung des Blutgerinnsels beschleunigt und bei der Wiederherstellung der Durchblutung hilft. Je schneller die sogenannte Lyse-Therapie erfolgt, desto besser stehen die Chancen, keine langfristigen Schäden vom Schlaganfall davonzutragen. ■

Univ.-Prof. Johann Willeit,

Medizinische Universität Innsbruck

## SCHLAGANFALL WARNSYMPTOME!

### 1. PLÖTZLICHE LÄHMUNG

oder Gefühlsstörung einer Körperseite



### 2. HÄNGENDER MUNDWINKEL



### 3. PLÖTZLICHE SPRACHSTÖRUNG

oder Schwierigkeiten Gesprochenes zu verstehen



### 4. PLÖTZLICHE SEHSTÖRUNG

an einem Auge oder in einer Gesichtsfeldhälfte



### 5. PLÖTZLICH EINSETZENDER SCHWINDEL

Doppelbilder + Gangunsicherheit



### 6. KOPFSCHMERZEN

plötzlich auftretend, ungewöhnlich heftig



## BESTMÖGLICHE VERSORGUNG

### BEIM SCHLAGANFALL

In Tirol ereignen sich jährlich rund 2.000 Schlaganfälle. Schon 2009 haben wir den Tiroler Schlaganfallpfad ins Leben gerufen, der die gesamte Versorgungskette gleichzeitig mit der Aufklärung der Bevölkerung im Blick hat. Durch diese starke Vernetzung der verschiedenen Disziplinen und Sektoren wird zur weiteren Verbesserung der Qualität der Schlaganfallversorgung der Patientinnen und Patienten in Tirol beigetragen. Weitere Infos:



[www.schlaganfall-tirol.info](http://www.schlaganfall-tirol.info)

### Bernhard Tilg

Landesrat für Gesundheit, Pflege,  
Wissenschaft und Forschung



Foto: Land Tirol/Aichner