

Wenn einen der Schlag trifft

وقتي کسی سخته مغزی میکند

Im Rollstuhl, vielleicht halbseitig gelähmt, kaum in der Lage zu sprechen - das können die Folgen eines schweren Schlaganfalls sein. Was genau geschieht dabei im Gehirn? Sendet der Körper vorher Warnsignale?

روي صندلي چرخ دار، فلج شدن نيمی از بدن و از دست دادن قدرت صحت کردن، می‌توانند نتیجه یک سخته مغزی سخت باشند. چه اتفاقی در مغز رخ می‌دهد؟ آیا بدن قبل از آن علائمی را نشان می‌دهد؟

Passieren kann es jedem, unabhängig vom Alter, überall und zu jeder Zeit. Ein Schlaganfall kommt im wahrsten Sinne des Wortes schlagartig, auch wenn es einige Vorboten gibt: Kribbeln in Armen und Beinen, Sprachstörungen, eine halbseitige Lähmung der Gesichtsmuskulatur. Aber diese Anzeichen werden nicht immer richtig gedeutet. Ist es ein Schlaganfall? Mediziner unterscheiden da zwei Formen, erklärt Professor Joachim Röther von der Asklepios Klinik Altona in Hamburg: "80 Prozent erleiden einen ischämischen Schlaganfall.

برای هرکسی اتفاق می‌افتد، در هر سنی، هر جایی و هر زمانی: سخته مغزی. به معنای واقعی کلمه ناگهانی رخ می‌دهد، حتی زمانی که دارای علائمی هست. خارش در بازوها و پاها، مشکل در صحت کردن و فلج شدن قسمتی از صورت. اما این علائم همیشه درست تشخیص داده نمی‌شوند. آیا این یک سخته مغزی است؟ متخصصان دو نوع (سخته) را تشخیص داده‌اند، به گفته پروفیسور «یواخیم روتر» از کلینیک «آلتونا» در «هامبورگ»: «۸۰ درصد از سخته کمبود خون رنج می‌برند.»

Ischämisch ist der Fachbegriff für Blutarmut. In diesem Fall verstopft ein Gefäß, und das Hirngewebe wird nicht mehr ausreichend mit Blut versorgt. Das Hirngewebe geht zugrunde. Das ist dann ein Hirninfarkt." Bei der Hirnblutung hingegen reißt ein Gefäß. Aus dem tritt dann Blut ins Hirngewebe. Beide Formen können zu irreparablen - nicht umkehrbaren - Hirnschäden führen. Etwa ein Drittel der Schlaganfall-Patienten bleibt schwerbehindert und pflegebedürftig und das von einem Tag auf den anderen.

منظور از کمبود خون همان بسته شدن راه خون است. در این مورد یک رگ مسدود می‌شود و بافت‌های مغز به طور کامل توسط خون تغذیه نمی‌شوند و این بافت‌ها نابود می‌شوند. این یک انفارکتوس است. در خونریزی مغزی (برعکس نوع اول) یک رگ پاره می‌شود و از آن خون به بافت‌های مغزی سرازیر می‌شود. هر دو نوع می‌توانند غیرقابل درمان باشند. یک سوم بیماران که سخته کرده‌اند، ناتوان (معلول) می‌شوند و به کمک دیگران در ادامه زندگی احتیاج دارند.

Deutschland betreibt intensive Forschung

آلمان تحقیقات فشرده‌ای انجام می‌دهد

allein in Deutschland erleiden jedes Jahr etwa 260.000 Menschen einen Schlaganfall. In den Industrieländern ist es die dritthäufigste Todesursache. Weltweit sind immer mehr Menschen betroffen. Indien ist da nur ein Beispiel - dort hat sich die Zahl der Schlaganfälle innerhalb von nur acht Jahren fast verdoppelt. Diabetes, Übergewicht, hoher Blutdruck, Rauchen, aber auch Stress gelten als Risikofaktoren, und diese Volkskrankheiten gibt es fast überall auf der Welt. Entsprechend wichtig ist internationale Forschung auf diesen Gebieten.

تنها در آلمان سالانه ۲۶۰/۰۰۰ نفر، یکبار سکته می‌کنند. درکشورهای صنعتی این سومین علت شایع مرگ و میر است. در جهان هر روز افراد بیشتری دچار این مشکل میشوند. یک نمونه از آن هند است که تعداد سکته‌های مغزی طی تنها هشت سال در این کشور تقریباً دوبرابر شده است. دیابت، اضافه وزن، فشارخون بالا، سیگار و همچنین استرس به عنوان عوامل اصلی در بروز سکته مغزی شناخته می‌شوند و این بیماری‌های شایع در همه جای دنیا وجود دارند. در نتیجه تحقیق‌های جهانی در این زمینه‌ها بسیار مهم هستند.

"Deutschland ist in den letzten zehn bis 20 Jahren bei der Schlaganfall-Therapie sehr stark geworden", sagt Joachim Röther. So seien viele Universitätskliniken auf dem Gebiet der Schlaganfallforschung sehr aktiv gewesen. Das betrifft beispielsweise Fälle, bei denen das Hirngewebe nach einem schweren Schlaganfall anschwillt und auf das verbliebene, gesunde Gewebe drückt. Es besteht dann die Gefahr, dass die Patienten daran versterben.

به گفته «یواخیم روتر»: "آلمان طی ده تا بیست سال اخیر در درمان سکته مغزی بسیار قوی شده." به گفته او تعداد زیادی دانشکده پزشکی در زمینه تحقیقات پیرامون سکته مغزی فعال بوده‌اند. این تحقیقات شامل مواردی بوده‌اند که مثلاً در آنها بافت مغز بعد از یک سکته قوی متورم و باعث فشار بر روی بافت سالم باقی‌مانده شده است. در ادامه این خطر وجود دارد که بیمار بر اثر این اتفاق بمیرد.

"Von Deutschland aus wurden viele Studien auf den Weg gebracht. Die haben gezeigt, dass man in solchen Fällen eine Kraniektomie durchführen sollte - also dass man dem Gehirn Platz schafft. Dazu nimmt man einen großen Teil des knöchernen Schädeldachs heraus, der Schädelkalotte. Wenn sich die Schwellung dann nach drei bis vier Monaten zurückgebildet hat, wird das Schädeldach wieder eingesetzt. Das sind Studien, die ganz wesentlich hier in Deutschland durchgeführt wurden und die auch die internationalen Leitlinien beeinflussen", erklärt Röther.

به گفته «روتر»: "از آلمان تحقیقات زیادی به بیرون داده شده که نشان داده‌اند در این سکته‌ها می‌باید کاسه سر برداشته شود، بعد از اینکه تورم بین سه تا چهارماه کم تر شد، قسمت برداشته شده گذاشته می‌شود. اینها تحقیقاتی هستند که ابتدا در آلمان شروع شدند و معیارهای جهانی را تحت تأثیر قرار دادند."

Auch Kinder kriegen Schlaganfall

کودکان هم دچار سکته می‌شوند

Das Durchschnittsalter für einen Schlaganfall liegt für Männer bei etwa 70, für Frauen bei etwa 75 Jahren. Aber auch Kinder und Jugendliche können einen Schlaganfall erleiden. In Deutschland sind es schätzungsweise 300 jedes Jahr - fast ein Drittel davon sind Neugeborene. Und sogar Ungeborene im Mutterleib kann es treffen. Oft wird der Schlaganfall nicht erkannt, denn selbst Mediziner verbinden Kinder und Kleinstkinder nicht immer direkt mit einem Schlaganfall.

متوسط سن سکته مغزی در مردان تقریباً ۷۰ و در زنان تقریباً ۷۵ است. اما امکان دارد که کودکان و نوجوانان نیز سکته مغزی کنند. بر اساس تخمین‌ها ۳۰۰ نفر در سال که یک سوم آنها نوزاد هستند. حتی جنین‌های متولد نشده هم می‌تواند سکته کنند. اغلب این سکته‌ها تشخیص داده نمی‌شوند، زیرا که پزشکان، کودکان را با سکته به طور مستقیم ارتباط نمی‌دهند.

Der kann bei den jungen Patienten durch Stoffwechselstörungen ausgelöst werden, eine Autoimmunerkrankung kommt als Ursache infrage oder auch erbliche Faktoren, wie eine erhöhte Neigung zu Blutgerinnseln. Mögliche Schäden am Gehirn der Kinder machen sich oft aber erst nach Monaten, manchmal sogar erst nach Jahren bemerkbar.

در بیماران کم سن به علت اشکال در متابولیسم این اتفاق روی میدهد، یک بیماری خود ایمنی به عنوان دلیل اصلی این مشکل مطرح است و یا دلایل ارثی مانند گرایش بالای بدن به لخته کردن خون. صدمه های احتمالی به مغز کودکان اغلب بعد از چند ماه و یا در مواردی حتی بعد از چند سال مشخص میشوند.

Ein Lotse unterstützt die Patienten

یک راهنما باید بیمار را حمایت کند

Jeder Schlaganfall bedeutet einen großen Einschnitt, die Behandlung kann langwierig sein. Im schlimmsten Fall bleiben die Patienten gelähmt, können nicht mehr sprechen, werden von heute auf morgen zum Pflegefall und können sich nicht mehr selbst versorgen. Aber auch diejenigen, die es nicht so schlimm getroffen hat, müssen sich erst einmal zurechtfinden, die Ernährung umstellen, Sport treiben, Stress möglichst vermeiden.

هر سکنه مغزی میتواند یک شکاف عمیق در زندگی فرد ایجاد کند و درمان میتواند خسته کننده باشد. در بدترین حالت بیماران فلج می شوند، قدرت تکلم را از دست میدهند و یک شبه به مراقبت احتیاج پیدا میکنند و دیگر قادر نخواهند بود که کارهای شخصی خود را انجام دهند. اما آنهایی که به این شدت آسیب ندیده اند باید راه خود را پیدا، تغذیه خود را عوض و ورزش کنند و حتی المقدور از استرس دوری کنند.

In Gütersloh hilft ihnen dabei eine Schlaganfall-Lotsin. Seit einem Jahr ist Anke Siebdrat im Einsatz. "Was passiert jetzt? Was kommt auf mich zu? Was kann ich tun? Wie geht es weiter?" Es gebe viele Fragen und viel Unsicherheit, weiß die ehemalige Ergotherapeutin. Ihren medizinischen Hintergrund braucht sie als Schlaganfall-Lotsin und sie hat eine Zusatzausbildung gemacht.

در شهر «گوترسلوه» یک راهنمای سکنه مغزی به شما کمک میکند. یک سال است که «آنکه زیبدارت» مشغول به خدمت است. او (از قول بیماران) میگوید: "چه اتفاقی الان می افتد؟ چه در انتظار من است؟ من چه کاری میتوانم بکنم؟ چطور پیش خواهد رفت؟". او که قبلاً شغل کاردرمانی داشته میداند سوالات و شک و تردیدهای زیادی وجود دارند. او در سمت یک راهنمای سکنه به سوابق پزشکی بیماران احتیاج دارد و همچنین دوره های آموزشی تکمیلی را نیز گذرانده است.

Schon im Krankenhaus beginnt die Betreuung, geht weiter über die Rehabilitation und auch danach ist die 34-jährige die Ansprechpartnerin für die Patienten und das über einen Zeitraum von einem bis anderthalb Jahren: "Es gibt so viele Anlaufstellen und Einrichtungen. Die Patienten wissen oftmals gar nicht, zu wem sie gehen können und wer bei welcher Fragestellung Experte ist." Ärzte, Pfleger und Therapeuten zu koordinieren, das gehört zu ihren Aufgaben. Sie kümmert sich auch um praktische Dinge: Soll ein Antrag auf Schwerbehinderung gestellt werden? Oder ein Rentenantrag? Welche Hilfsmittel gibt es?

مراقبت از بیمارستان شروع می شود، با توانبخشی ادامه پیدا میکند و همچنین بعد از آن، این راهنمای ۳۴ ساله برای زمانی بین یک تا یک سال و نیم، مسئولیت ارتباطات بیماران را بر عهده دارد. به گفته او: " امکانات و مراکز زیادی وجود دارند. بیماران اغلب اطلاعی ندارند که به چه کسی مراجعه کنند و چه کسی درباره سؤالی خاص، کارشناس است." هماهنگ کردن دکترها، پرستارها و تراپیست ها جزو وظایف اوست. او همچنین به مسائل عملی نیز رسیدگی می کند. آیا باید ادعای معلولیت مطرح شود؟ یادرخواست بازنشستگی شود؟ چه تسهیلاتی وجود دارند؟

Über 40 Schlaganfallpatienten betreut Anke Siebdrat. Einer von ihnen ist Dirk Venjakob. Den Krankenpfleger hat es vor etwa drei Monaten erwischt. Er hatte einen relativ kleinen Schlaganfall, er hatte Glück. Der Kopf, das Denken, das Sprechen seien nicht beeinträchtigt gewesen, erzählt er.

Bei ihm waren vor allem das rechte Bein und der rechte Arm betroffen. "Es fühlt sich so an, als wäre der Arm oder das Bein eingeschlafen, aber es kribbelt nicht. Man hat weniger Gefühl und weniger Kraft. Mit der rechten Hand konnte ich in den ersten Wochen meinen Namen nicht mehr schreiben. Das musste ich erst wieder lernen."

خانم «آنکه زبیدارت» به بیش از ۴۰ بیمار سکته ای رسیدگی میکند. یکی از آنان «دریک فنجاکوب» است. او سه ماه پیش یک پرستار بدست آورده است. او تقریباً یک سکته مغزی خفیف داشته و شانس آورده است که سر، فکرکردن و صحبت کردن او متأثر نشده‌اند. به گفته خودش در مورد وی دست و پای راست او را سکته مغزی درگیر کرده است. او می‌گوید شبیه این است که دست و پای راست من به خواب رفته‌اند اما جز جز نمی‌کنند. آدم حس و قدرت کمتری دارد. در هفته اول با دست راستم نمی‌توانستم اسم خودم را بنویسم. این را دوباره می باید یاد میگرفتم.

Für ihn sei die Begleitung durch Anke Siebdrat sehr wichtig und hilfreich gewesen, so der 44-jährige. "Man ist durch die Krankheit ja schon ein bisschen beeinträchtigt. Man kann gar nicht logisch denken und da ist es schon hilfreich, wenn jemand da ist, der für einen mitdenkt und mitarbeitet."

برای او همراهی «آنکه زبیدارت» خیلی مهم و کمک کننده بوده، به گفته خودش انسان توسط این بیماری علیل می‌شود، نمی‌تواند منطقی فکر کند و این بسیار کمک کننده است که کسی در کنار شما وجود دارد، کسی که با شما فکر میکند و با شما کار میکند.

Die Lotsin organisiert Arzttermine, achtet darauf, dass die Patienten ihre Medikamente nehmen und regelmäßig zur Kontrolle gehen, auch wenn sie sich selbst schon wieder für fit und gesund halten. Anke Siebdrat weiß, dass ein zweiter Schlaganfall meist wesentlich schlimmer ausfällt als der erste. Dirk Venjakob hält sich an die Anweisungen, er hat den Schlaganfall gut verkraftet, hat keine dauerhaften Schäden oder Beeinträchtigungen zurückbehalten.

راهنما قرارها را با دکتر تنظیم میکند و مراقب است که بیمار داروهای خود را مصرف کند و دائم کنترل شود، حتی زمانی که او خودش را آماده و سالم حس می‌کند. «آنکه زبیدارت» میدانند که یک سکته مغزی دوم اغلب شدید تر از سکته اول است. «دریک فنجاکوب» به دستور العمل‌ها عمل می کند، او با سکته کنار آمده، دچار آسیب دائمی نشده و صدمه جدیدی برایش به وجود نیامده است.

Eine schnelle Diagnose und schnelle Behandlung sind wichtig, aber ebenso eine professionelle Nachsorge. Da gebe es große Lücken, so Anke Siebdrats Bilanz nach gut einem Jahr. Sie wünscht sich, dass mehr Lotsen ausgebildet und eingesetzt werden. Bisher gibt es den Lotsendienst nur in Gütersloh und in Dresden. Schon bald aber soll es auch einen in Hamburg geben.

یک تشخیص سریع و درمان سریع و همچنین یک رسیدگی حرفه‌ای بعد از بیماری بسیار مهم میباشند. به گفته «آنکه» در این باره هنوز راه درازی در پیش است. او امیدوار است که راهنماهای بیشتری آموزش دیده و به کار گرفته شوند. تاکنون خدمات راهنمایان سکته فقط در «گوتزلوه» و در «درزدن» وجود داشته است. به زودی در هامبورگ نیز یک مرکز راه اندازی خواهد شد.