

Press release**Deutsche Gesellschaft für Neurologie e.V.****Dr. Bettina Albers**

10/25/2019

<http://idw-online.de/en/news725917>Miscellaneous scientific news/publications, Research results
Medicine
transregional, national**Welt-Schlaganfall-Tag 2019: Fischesser und Vegetarier erleiden weniger Schlaganfälle**

Noch immer sind in Deutschland Schlaganfälle die dritthäufigste Todesursache. Der jährlich am 29. Oktober stattfindende Welt-Schlaganfall-Tag steht im Zeichen der Risikoreduktion durch Prävention. Mit dem Aktionstag soll das öffentliche Bewusstsein für das Thema geschärft sowie über die Präventions- und Behandlungsmöglichkeiten eines Schlaganfalls informiert werden. Eine Studie aus Großbritannien untersuchte den Zusammenhang zwischen Ernährung und Schlaganfallhäufigkeit und kam zu dem Schluss, dass eine fleischfreie Ernährung das Schlaganfallrisiko senken kann. Ursache für einen Schlaganfall ist in der Regel aber immer ein ganzes Bündel an Risikofaktoren.

In Deutschland erleidet alle zwei Minuten ein Mensch einen Schlaganfall. Dabei kommt es zu einem „schlagartig“ einsetzenden Funktionsausfall des Gehirns. In mehr als Dreiviertel der Fälle handelt es sich um einen Hirninfarkt oder auch ischämischen* Schlaganfall aufgrund der Verstopfung eines der hirnversorgenden Gefäße durch ein Blutgerinnsel (Thrombus). Oder es kommt zu einer Einblutung in das Hirngewebe (sogenannter hämorrhagischen** Schlaganfall) nach Platzen eines Gefäßes im Gehirn. Typisches Warnsymptom vor einem Schlaganfall ist eine transitorische ischämische Attacke (TIA) mit vorübergehenden neurologischen Störungen oder Sehstörungen.

Die Folgen sind in vielen Fällen gravierend und das Leben der Betroffenen und ihrer Familien verändert sich von einem auf den anderen Tag. Zudem sind Schlaganfälle die dritthäufigste Todesursache und der häufigste Grund für körperliche Langzeitbeeinträchtigungen im Erwachsenenalter. Umso ermutigender sind neueste Ergebnisse aus der Schlaganfallforschung, die zeigen, dass sich die Todesrate und die Schwere der Behinderungen nach überstandener Schlaganfall weiter reduzieren lassen.

Ist es zu einem Schlaganfall gekommen, kann nach der gesicherten medizinischen Erkenntnis „Time is Brain“ rasches und richtiges Handeln Gehirnzellen und damit Leben und Lebensqualität retten. Durch einen schnellen Transport in eine Klinik mit einer spezialisierten Schlaganfallstation (Stroke Unit), möglichst in der sogenannten „Golden Hour“, der ersten Stunde nach Auftreten der Symptome, besteht die Chance, dass neurologische Ausfälle weitgehend oder sogar vollständig erfolgreich behandelt und die ausgefallenen Funktionen wiederhergestellt werden können.

Wichtig ist, die Blutversorgung unverzüglich wiederherzustellen, indem das Gerinnsel entfernt oder aufgelöst wird. Dafür stehen die medikamentöse Thrombusauflösung (Lysetherapie) und bei größeren Blutgerinnseln die interventionelle Thrombektomie zur Verfügung. Bei der intravenösen

Lysetherapie werden verschiedener Medikamente infundiert, die das für die Blutgerinnung verantwortliche Eiweiß Fibrin zersetzen. Bei der Thrombektomie handelt es sich um eine mechanische Rekanalisation, der Blutpfropf wird per Kathetereingriff aus dem verstopften Blutgefäß entfernt.

Bisher galt, dass die Thrombolyse innerhalb von 4,5 Stunden erfolgen muss, um ein gutes klinisches Ergebnis zu erzielen. Mehrere Studien aus jüngster Vergangenheit, u. a. die EXTEND-Studie [1], die WAKE UP-Studie [2] und die Metaanalyse aus den drei Studien EXTEND, ECASS4-Extend und EPITHET [3], konnten nun zeigen, dass für Patienten mit bestimmten Voraussetzungen, d. h. mit einem günstigen Befundmuster rettbares Gewebes in der Bildgebung (CT oder MRT), das Zeitfenster länger ist als bisher angenommen und bis zu neun Stunden nach dem Schlaganfall durchaus Chancen bestehen, schwere Folgeschäden für den Patienten zu verhindern. Eine Behandlungsoption, die auch in einem Zeitfenster von sechs bis 24 Stunden nach dem Eintreten durchgeführt werden kann, ist die interventionelle Thrombektomie. Eine deutsche industrieunabhängige Register-Studie [4] zeigte, dass mit dieser Methode die Durchblutung bei 83 % der Patienten wiederhergestellt werden konnte.

„Dennoch gilt weiter die Regel `Time is Brain` – keinesfalls soll der Eindruck entstehen, dass man sich nun mehr Zeit lassen darf. Patienten mit Schlaganfall müssen schnellstmöglich versorgt werden“, appelliert Professor Dr. med. Martin Dichgans, München, 2. Vorsitzender der Deutschen Schlaganfallgesellschaft.

Vorbeugung

Oberste Priorität hat jedoch nach wie vor die Prävention, damit es erst gar nicht zu einem Schlaganfall kommt.

Durch Fleischverzicht das Schlaganfallrisiko senken

Neben ausreichend Bewegung ist eine gesunde Kost eine wichtige Präventionsmaßnahme, um das Schlaganfallrisiko zu senken. Eine Studie, die im Sommer in „The BMJ“ (ehemals British Medical Journal) [5] publiziert wurde, untersuchte den Einfluss einer fleischfreien Kost auf das Schlaganfallrisiko. Insgesamt wurden 48.188 Menschen ohne bekannte kardiovaskuläre Vorerkrankungen in drei Gruppen eingeteilt – in „Fleischesser“ (n= 24.428), „Fischesser“ (n=7506) und Vegetarier (n=16.254) und über einen medianen Zeitraum von über 18 Jahren beobachtet. Nach Adjustierung verschiedener sozioökonomischer und Lifestyle-Faktoren zeigte sich, dass „Fischesser“ ein um 13% (HR 0,87), Vegetarier sogar ein um 22% reduziertes Risiko für Schlaganfälle aufwiesen. „Bekannt ist, dass ein hoher Fleischkonsum nicht zuträglich für die Gesundheit, insbesondere die Gefäßgesundheit ist, außerdem auch die Umwelt belastet. Aber es gibt noch weitere Schlaganfall-Risikofaktoren: Wer viel am Schreibtisch sitzt, sich wenig bewegt und womöglich auch noch raucht oder viel Stress hat, hat ein deutlich höheres Schlaganfallrisiko“, erklärt Professor Dr. Peter Berlit, Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Neurologie.

Häufig ist ein ganzes Bündel an Risikofaktoren, die sich im Laufe des Lebens entwickeln, Ursache für einen Schlaganfall. Deshalb gilt es, durch Vorbeugung das Gesamtrisiko zu senken. Insbesondere mehr Bewegung und bewusster Ernährung, Stressabbau sowie Nikotin- und Alkoholverzicht sind die aussichtsreichsten Maßnahmen, um über eine Änderung des Lebensstils einen Hirninfarkt zu vermeiden. Ein erhöhter Blutdruck muss konsequent behandelt werden und beim Vorhofflimmern, einer häufigen Form des Herzstolperns, können Schlaganfälle durch eine rechtzeitige Blutverdünnung verhindert werden.

*Ischämie = Minderdurchblutung oder ein vollständiger Durchblutungsausfall

**Hämorrhagie = Austreten von Blut aus dem Blutkreislauf

[1] Ma H et al. Thrombolysis Guided by Perfusion Imaging up to 9 Hours after Onset of Stroke. N Engl J Med 2019;380(19):1795–803. DOI: 10.1056/NEJMoa1813046.

[2] Thomalla G, Simonsen CZ, Boutitie F et al. MRI-guided thrombolysis for stroke with unknown time of onset. N Engl J Med 2018;379: 611–622.

[3] Campbell BCV, Ma H, Ringleb PA et al. EXTEND, ECASS-4, and EPITHET Investigators. Extending thrombolysis to 4-5-9 h and wake-up stroke using perfusion imaging: a systematic review and meta-analysis of individual patient data. Lancet 2019 Jul; 394 (10193): 139–147.

[4] Wollenweber FA, Tiedt S, Alegiani A et al. Functional Outcome Following Stroke Thrombectomy in Clinical Practice. Stroke 2019 Sep; 50 (9): 2500–2506.

[5] Tong TYN, Appleby PN, Bradbury KE et al. Risks of ischaemic heart disease and stroke in meat eaters, fish eaters, and vegetarians over 18 years of follow-up: results from the prospective EPIC-Oxford study. BMJ. 2019 Sep 4; 366: l4897. doi: 10.1136/bmj.l4897.

Pressekontakte

Pressestelle der Deutschen Gesellschaft für Neurologie

Dr. Bettina Albers

Tel.: +49 (0)36 43 77 64 23

Pressesprecher: Prof. Dr. med. Hans-Christoph Diener, Essen

E-Mail: presse@dgn.org

Pressestelle der Deutschen Schlaganfall-Gesellschaft (DSG)

Stephanie Priester

Tel.: +49 (0)711 8931295, Fax: +49 (0)711 8931167

E-Mail: priester@medizinkommunikation.org

www.dsg-info.de

Die Deutsche Gesellschaft für Neurologie e.V. (DGN)

sieht sich als neurologische Fachgesellschaft in der gesellschaftlichen Verantwortung, mit ihren über 9900 Mitgliedern die neurologische Krankenversorgung in Deutschland zu sichern. Dafür fördert die DGN Wissenschaft und Forschung sowie Lehre, Fort- und Weiterbildung in der Neurologie. Sie beteiligt sich an der gesundheitspolitischen Diskussion. Die DGN wurde im Jahr 1907 in Dresden gegründet. Sitz der Geschäftsstelle ist Berlin. www.dgn.org

Präsidentin: Prof. Dr. med. Christine Klein

Stellvertretender Präsident: Prof. Dr. med. Christian Gerloff

Past-Präsident: Prof. Dr. Gereon R. Fink

Generalsekretär: Prof. Dr. Peter Berlit

Geschäftsführer: Dr. rer. nat. Thomas Thiekötter

Geschäftsstelle: Reinhardtstr. 27 C, 10117 Berlin, Tel.: +49 (0)30 531437930, E-Mail: info@dgn.org

Die Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft (DSG)

Die Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft (DSG) wurde im Dezember 2001 gegründet. Ziel der Gesellschaft ist es, die Forschung und Weiterbildung im Bereich des Schlaganfalls zu koordinieren, zu qualifizieren und zu fördern. Gewünscht ist auch eine politische Einflussnahme, um der Erkrankung „Schlaganfall“ eine angemessene Bedeutung zu geben. Mit ihren Aktivitäten spricht die DSG alle Ärzte und Leistungserbringer im Gesundheitswesen an, die in die Versorgung von Schlaganfall-Patienten eingebunden sind.

Original publication:

doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.l4897>

URL for press release: <http://www.dgn.org>

URL for press release: <http://www.dsg-info.de>

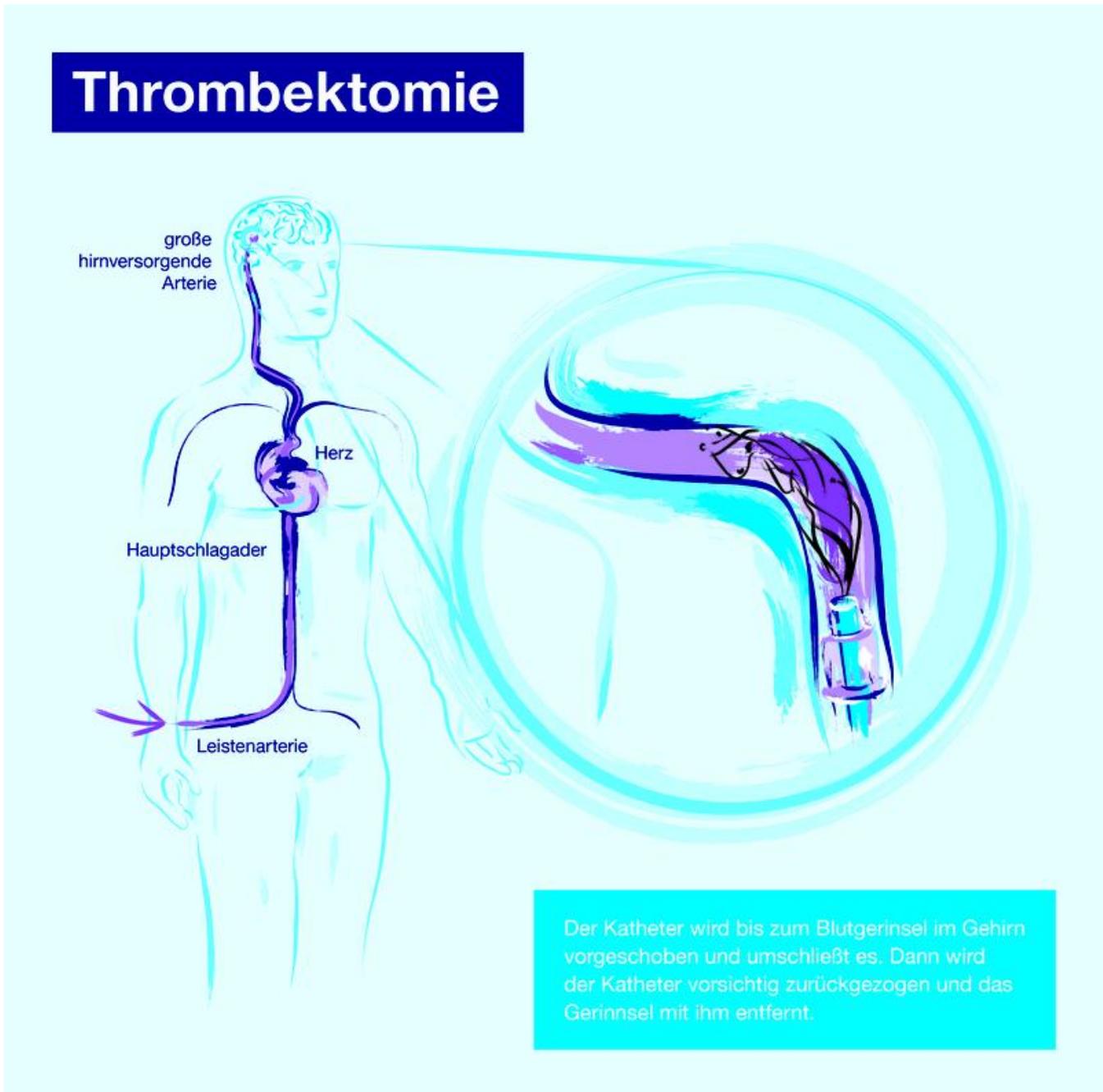
Attachment Hintergrundtext <http://idw-online.de/en/attachment73448>

Addendum dated 10/25/2019:

Diese Meldung ist fehlerhaft!!

Vegetarier hatten in der Studie [5] weniger ischämische HERZERKRANKUNGEN, aber MEHR Schlaganfälle. Die richtige Fassung wird asap neu eingepflegt.

Der Nutzen der vegetarischen Ernährung überwog aber das Risiko zerebraler Blutungen.



Infographik Thrombektomie (Copyright: Agentur ADVERB, Berlin)

