

Schlaganfall bei Frauen

Was sind die besonderen Risiken?

Männer gelten im Allgemeinen als besonders Schlaganfall-gefährdet, doch tatsächlich sind Frauen öfter betroffen. Allerdings trifft es sie meist erst im höheren Alter. Viele sind dann bereits über 75. Doch was löst bei Frauen einen Schlaganfall aus? Haben sie andere Risiken als Männer?

2012 wurden in Deutschland rund 361.000 Schlaganfallpatienten im Krankenhaus behandelt. Von den Menschen, die binnen eines Jahres an den Folgen eines Schlaganfalls starben, waren deutlich mehr als die Hälfte Frauen, nämlich etwa 60 Prozent.¹ Weil bestimmte Faktoren im Leben vieler Frauen das Schlaganfallrisiko erhöhen, ha-

ben amerikanische Wissenschaftlerinnen spezielle Empfehlungen zusammengestellt.^{2,3}

Antibabypille

Jüngere Frauen haben ein sehr geringes Schlaganfallrisiko, das sich durch Verhütung mit der Pille nur leicht erhöht. Je älter sie werden, desto größer wird ihr Risiko.⁴ Die Studienautorinnen empfehlen daher Frauen ab 40, Schwangerschaften anders zu verhüten.

Schwangerschaft

Während einer Schwangerschaft ist das Risiko für einen Schlaganfall gering. Nach der Geburt ist die Wahrscheinlichkeit aber für etwa zwölf Wochen erhöht. Treten in dieser Zeit plötzlich Kopfschmerzen, Sehstörungen und andere neurologische Symptome auf, können das wichtige Warnhinweise für einen Schlaganfall sein. Bei Frauen mit schwangerschaftsbedingtem Bluthochdruck (Präeklampsie) verdoppelt sich das Schlaganfallrisiko.

Hormontherapie und Wechseljahre

Inwieweit eine Hormontherapie in und nach den Wechseljahren das Schlaganfallrisiko erhöht, ist nicht abschließend geklärt. Entgegen früherer Behauptungen ist sie jedoch kein geeignetes Mittel, um Schlaganfällen vorzubeugen.

Depressionen und Stress

Seelische Belastungen erhöhen die Gefahr, einen Schlaganfall zu bekommen. Bei Frauen, die unter Depressionen oder psychosozialen Stress leiden, steigt die Wahrscheinlichkeit für einen Schlaganfall um etwa ein Drittel. Bislang ist unklar, ob das auch für depressive Männer gilt.

Migräne mit Aura

Frauen bekommen etwa viermal so oft Migräne wie Männer. Und obwohl das Schlaganfallrisiko bei Migränepatienten insgesamt niedrig ist, ist es in einer bestimmten Gruppe deutlich erhöht: nämlich Frauen, die jünger als 55 Jahre sind und an einer sogenannten Migräne mit Aura leiden. Der Begriff Aura steht hier für Symptome, die

Anzeichen eines Schlaganfalls

Die Symptome treten fast immer plötzlich auf und betreffen in der Regel nur eine Körperseite. Alarmzeichen sind:

- *Einseitige Lähmung von Gliedmaßen. Sie kann mit einem tauben Gefühl einhergehen und zu Stolpern oder Stürzen führen.*
- *Einseitige Lähmung des Gesichts, sodass ein Mundwinkel herabhängt oder sich das Gesicht beim Sprechen unsymmetrisch bewegt*
- *Einseitiges Erblinden, Doppelt- oder Verschwommensehen, auch wenn es nur vorübergehend auftritt*
- *Probleme beim Sprechen oder Schlucken, nuschelige Aussprache oder Probleme, die richtigen Wörter zu finden*
- *Plötzliche Gleichgewichtsstörungen*
- *In seltenen Fällen: schlagartig sehr starke Kopfschmerzen*
- *Dazu können Verwirrtheit, Schwindel und Übelkeit kommen. Diese Symptome deuten aber für sich allein noch nicht auf einen Schlaganfall hin.*

bei manchen eine Migräneattacke ankündigen: Die Betroffenen sehen Blitze, Funken oder Zickzacklinien, noch bevor der Kopfschmerz beginnt. Manchmal kommt es auch zu Schwindel, Sprachstörungen oder sogar Lähmungen. Das Schlaganfallrisiko von Migränapatienten steigt mit der Häufigkeit der Attacken. Biofeedback und Ausdauersport können helfen, die Zahl der Migräneanfälle zu senken.

Diabetes und Lebensstil

Frauen mit Diabetes mellitus Typ 2 haben ein um 25 Prozent höheres Risiko einen Schlaganfall zu bekommen als entsprechende Männer.⁵ Deshalb ist es für sie besonders wichtig, dem Diabetes durch eine gesunde Lebensweise vorzubeugen, ihn früh zu erkennen und richtig zu behandeln. Unabhängig vom Geschlecht gilt: Wer sich ausgewogen ernährt, Übergewicht vermeidet, sich ausreichend bewegt und nicht raucht, kann sein Schlaganfallrisiko deutlich senken.

Bluthochdruck

Bluthochdruck ist einer der Risikofaktoren für Schlaganfälle, der sich durch eine gute Therapie besonders günstig beeinflussen

lässt. Doch es gibt Hinweise darauf, dass Ärzte den Bluthochdruck bei älteren Frauen oft nicht konsequent behandeln.

Vorhofflimmern

Ältere Frauen leiden häufiger unter Vorhofflimmern des Herzens als Männer. Und häufiger als bei Männern – schon wegen der höheren Lebenserwartung – lösen sich bei ihnen Blutgerinnsel aus dem linken Herzvorhof, die Gefäße im Gehirn verstopfen und so Schlaganfälle auslösen können. Die Autorinnen der amerikanischen Studie empfehlen daher, generell Frauen über 75 auf Vorhofflimmern zu untersuchen. Bei Frauen, die jünger als 66 sind und keine erkennbare Ursache für das Vorhofflimmern haben, könne man erwägen, der Bildung von Blutgerinnseln beispielsweise mit Acetylsalicylsäure (ASS) vorzubeugen.

Acetylsalicylsäure

Oft sind es Blutgerinnsel, die einen Schlaganfall oder einen Herzinfarkt auslösen. ASS beugt der Entstehung weiterer Blutgerinnsel vor, wirkt aber bei Männern und Frauen unterschiedlich. Aus mehreren Studien geht hervor, dass ASS bei älteren Frauen

Was tun?

- *Bei dem Verdacht auf einen Schlaganfall sollten Betroffene oder Angehörige sofort den Notruf 112 wählen.*
- *Weil das Schlucken gestört sein kann, dem Betroffenen nichts zu Essen oder zu Trinken geben.*
- *Bei Bewusstlosigkeit oder Erbrechen ist die stabile Seitenlage lebenswichtig.*
- *Puls und Atmung kontrollieren: Wenn Puls oder Atmung ausbleiben, den Betroffenen auf den Rücken legen und sofort mit Wiederbelebungsmaßnahmen beginnen!*

weniger das Herzinfarktrisiko, dafür aber das Risiko für einen Schlaganfall wirksam senkt.⁶ Männer hingegen scheint ASS eher vor Herzinfarkten als vor Schlaganfällen zu schützen.

- 1 Gesundheitsberichterstattung des Bundes, www.gbe-bund.de (Abruf 14.11.2014)
- 2 DER ARZNEIMITTELBRIEF (2014) 48, S. 69
- 3 Bushnell C und Mc Cullough L (2014) Stroke Prevention in Women. Ann Intern Med; 160, S. 853
- 4 Frauen, die mit Pille verhüten, Alter 15-19 Jahre: 3,4 Schlaganfälle pro 100.000 Frauenjahre, Alter 45-49 Jahre 64,4 Schlaganfälle pro 100.000 Frauenjahre.
- 5 Peters SA u.a. (2014) Diabetes as a risk factor for stroke in women compared with men. Lancet; 383, S. 1973.
- 6 Ridker PM u.a. (2005) Women's Health Study. N. Engl. J. Med.; 352, S. 1293