

**Arzt-Termin**



**Dr. Jeanne Fürst**  
TV-Moderatorin  
«gesundheit heute»  
im Gespräch mit Anna  
Zahno, Fachberaterin  
am Krebstelefon bei  
der Krebsliga Schweiz

**Ist man nach einer  
Brustkrebsbehand-  
lung am Arbeitsplatz  
wieder gleich belast-  
bar wie zuvor?**

Eine Brustkrebsdiag-  
nose verändert das  
Leben der betroffe-  
nen Frau schlagartig.  
Zahlreiche Frauen,  
die erkranken, sind  
im arbeitsfähigen  
Alter und voll in  
das Arbeitsumfeld  
eingebunden.

Eine Brustkrebsbe-  
handlung erfordert  
jedoch meistens  
oder zumindest teil-  
weise das Fernblei-  
ben von der Arbeit.  
Es kann mehrere  
Wochen oder sogar  
Monate dauern.  
Nach dem Wieder-  
einstieg und der  
Rückkehr an den  
Arbeitsplatz zeigt  
sich oft, dass die  
Belastbarkeit nicht  
mehr die gleiche ist  
wie vorher. Dies ist  
jedoch von Frau zu  
Frau unterschiedlich.  
Eine vorübergehende  
Reduktion des Pen-  
siums kann hilfreich  
sein. Wichtig ist, sich  
selbst genug Zeit zu  
geben, um die Kräfte  
wieder aufzubauen.

**TV Tipp: gesundheit-  
heute «Neues  
zu Brustkrebs»:**  
SRF 1, Samstag,  
8. Oktober 2016,  
18.10 Uhr.



Dee Bar (links) und  
Conar haben Béné-  
dicte beim ersten  
Schlaganfall gerettet.

# Kurzschluss im Hirn ohne Vorwarnung

Ein **Schlaganfall** kann jeden treffen – auch in jüngeren Jahren. Das hat Bénédicte Boccanegra erlebt: Obwohl sie fit und schlank war, erlitt sie vier Hirninfarkte. Was sie gerettet hat, war sofortige Hilfe.

Von Marie-Luce Le Febvre

Vor drei Jahren wurde die zweifache Mutter Bénédicte Boccanegra (49) aus Hüttwilen TG unerwartet zur Witwe. Ihr Mann Ugo, ein 1,97m grosser Mann, den nichts umhauen konnte, kollabierte an einem Sonntag frühmorgens. Er wurde mit dem Helikopter ins Kantonsspital St. Gallen geflogen. Doch jede medizinische Hilfe kam zu spät. Ugo verstarb wenige Stunden später an den Folgen einer Hirnblutung – im jungen Alter von 47 Jahren.

**Drei Jahre lang ständig Stress**

Für Bénédicte und ihre beiden Kinder musste der Alltag weitergehen – trotz tiefer Trauer. Der Ausfall von Ugo war nicht nur emotional eine grosse Herausforderung.

Auch seine Arbeitskraft fiel weg. Für die diplomierte Dorntherapeutin und Farblicht-Expertin, die nicht nur Menschen, sondern auch Hunde und Pferde behandelt, begann eine Zeit grossen Stresses, der sie oft an ihre Grenzen brachte.

Ende April dieses Jahres passierte es: «Mittags ging ich nach der Arbeit in den Stall hinüber, um die beiden Pferde zuzudecken. Plötzlich wurde mir extrem schwindlig. Ich hielt mich an den Gitterstäben fest und liess mich langsam zu Boden gleiten. Dann war ich weg», erinnert sich Bénédicte. Die Pferde spürten offenbar, dass etwas nicht stimmte und versuchten ständig, sie zu wecken: Die Stute Dee Bar nuschelte in ihren Haaren, Conar stupste sie mit dem Hufeisen immer wieder sanft am Oberschenkel. «Ohne die Pferde würde ich

heute vermutlich nicht mehr leben», so die passionierte Reiterin. Nach rund 45 Minuten schaffte sie es, auf allen Vieren ins Haus zu kriechen. «Keine Ahnung, wie ich es schaffte, doch ich rief die nächste Kundin an, um den Termin abzusagen.» Diese merkte an Bénédicte's Stimme, dass etwas nicht stimmte und fuhr gleich zu ihr, um sie in den Notfall zu bringen.

**Kein typischer Fall**

«Den zweiten Anfall hatte ich direkt vor dem Notfallarzt. Er realisierte es aber nicht, obwohl ich meinen Arm nicht mehr richtig heben konnte. Er meinte, es handle sich um einen Drehschwindelanfall – vermutlich als Folge eines neuen Medikamentes, das ich zuvor verschrieben bekommen hatte.» Er riet ihr, das Medikament

abzusetzen und wieder nach Hause zu fahren. Dass er den Ernst der Situation nicht erkannte, lag daran, dass Bénédicte als schlanke und sportliche Person keine typische Schlaganfall-Patientin war.

Zwei Wochen später folgte der dritte Hirnschlag. «Morgens um 7 Uhr wurde mir wieder extrem schwindlig, und ich spürte, dass ich schnell handeln musste, bevor ich bewusstlos wurde.» Da ihre Tochter oben am Duschen war, rief sie ihren Sohn an, der im nächsten Dorf lebt. Als ihre Kinder sie rund zehn Minuten später fanden, konnte sie nicht mehr gehen. Und als sie im Kantonsspital Frauenfeld ankam, konnte sie auch nicht mehr reden und schlucken. Danach kann sie sich an nichts mehr erinnern. Der vierte Hirnschlag erfolgte in der ersten Spitalnacht.

**Üben, üben und nochmals üben**

Nach zwei Wochen konnte sie das Spital verlassen. Sie beschloss, die Reha zu Hause zu machen – mit mobiler Physiotherapie. Bénédicte musste das Gehen wieder erlernen, ihr Gleichgewicht trainieren und ihre Sehkraft schärfen – mit fleissigem Üben. «Mir war es wichtig, mein Hirn ständig zu trainieren, da sich «kaputte» Hirnareale kompensieren lassen und unser

Gehirn fehlende Bewegungen in einem anderen Hirnareal etablieren kann, wenn man genügend übt.» Sie kann ihren Alltag heute wieder bewältigen, leidet nur noch an Feinmotorik-Störungen in den Händen und im unteren Rücken. Deren Rückbildung kann bis zu zwei Jahre dauern. Der Neurologe wie auch der Physiotherapeut attestieren ihr eine «Bilderbuch-Heilung». «Ich fühle mich blendend und fit, wären da nicht die Nebenwirkungen gewisser Medikamente», so die stets aktive Frau.

**25 Kilo zugenommen**

Die Ärzte sind sich uneinig, was die Hirnschläge ausgelöst hat. Während die einen Stress als Ursache orten, nimmt ein anderer Arzt an, dass die Gefässe eventuell durch eine Autoimmunschwäche entzündet waren. Deshalb wurden ihr neben dem Blutverdünner auch hohe Kortisondosen verschrieben. Damit kann Bénédicte, die sich täglich viel bewegt, ihre Pferde ausreitet und auf die Ernährung achtet, wenig anfangen: «Wegen des Kortisons habe ich in den letzten vier Monaten 25 Kilo zugenommen! Am Schluss werde ich noch einen Herzinfarkt erleiden, weil ich so verfettet bin», meint sie lachend.

**EINEN SCHLAG-  
ANFALL ERKENNEN**

Wie ein Herzinfarkt ist auch ein Hirnschlag ein Notfall! Mögliche Symptome sind:  
► Plötzliche Schwäche oder Lähmung, oft nur auf einer Körperseite  
► Plötzliche Seh- oder Sprechstörungen  
► Plötzlicher heftiger Schwindel, Gleichgewichtsstörungen  
► Plötzliche, ungewöhnlich heftige Kopfschmerzen  
► Plötzliche Bewusstseinsstrübung oder Bewusstlosigkeit

Bei Verdacht auf einen Schlaganfall sollte man sofort die Notrufnummer 144 wählen. Jede Minute zählt, denn für die (lebens-)rettenden Massnahmen stehen 3 bis maximal 4,5 Stunden zur Verfügung, um bleibende Schäden zu verhindern.

Hilfreich ist auch eine Handy-App wie Echo112, die orten kann, wo man ist, um Hilfe zu schicken.

**MEDIZIN-NEWS**

**Gemüse gegen Entzündungen**

Übergewichtige Menschen haben oft erhöhte Entzündungsmarker-Werte im Blut. Ihre Fettdépôts setzen Botenstoffe frei, die im Körper entzündliche Prozesse fördern. Forscher des Deutschen Instituts für Ernährungsforschung haben nun herausgefunden, dass sich diese Werte senken lassen, wenn man sich pflanzenreich ernährt, also mehr Gemüse und Obst isst.

**Auszeichnungen der Krebsliga**

Walter Felix Jungi, der langjährige Präsident der Schweizerischen Studiengruppe für komplementäre und alternative Methoden bei Krebs, hat den diesjährigen Krebspreis erhalten. Er hat sich engagiert, Orientierung in den Wirrwarr an komplementärmedizinischen Krebstherapien zu bringen. Der Anerkennungspreis ging an den Komiker Thomas Leuenberger alias «Baldrian». Mit seinem Humor macht er – der selber an akuter Leukämie litt – vielen Krebsbetroffenen Mut.

Anzeige



## Herz ist Trumpf.

Wir checken Ihren Herz-Kreislauf und beraten Sie persönlich.

**toppharm**  
Apotheken

Ihr Gesundheits-Coach.