

# Arterielle Carotisstenose und Schlaganfall

## Zahlen & Fakten

- 10 – 20% aller Schlaganfälle werden durch einen Verschluss der Halsschlagader, der sogenannten ‚Arteria carotis‘, verursacht
- Pro Jahr sind in Deutschland ca. 20.000 bis 30.000 Patienten<sup>1</sup> betroffen
- Männer sind etwa doppelt so häufig von einer arteriellen Carotisstenose betroffen als Frauen
- Rauchen, das Lebensalter und weitere Gefäßerkrankungen in der Vorgeschichte sind wichtige Risikofaktoren, welche eine arterielle Carotisstenose begünstigen

## Was ist eine arterielle Carotisstenose?

Die ‚Arteria carotis communis‘ ist eine Arterie, welche einen Großteil des Kopfes und Halses mit Blut versorgt. Eine Verengung (Stenose) oder ein Verschluss dieser Arterie hat eine Mangeldurchblutung des Gehirns zur Folge. Das Ausmaß der Verengung wird in Prozenten angegeben. Die Mangeldurchblutung des Gehirns kann der Auslöser einer transitorischen ischämischen Attacke (TIA) oder eines Hirninfarkts sein. Bei einer transitorischen ischämischen Attacke handelt es sich um eine plötzlich auftretende Durchblutungsstörung des Gehirns. Es können dabei neurologische Ausfälle auftreten, welche sich innerhalb der nächsten 24 Stunden zurückbilden. Die TIA ist ein möglicher Vorbote eines Schlaganfalls.

Die arterielle Carotisstenose wird in zwei Formen unterteilt: die asymptomatische und symptomatische Carotisstenose. Eine asymptomatische Carotisstenose liegt vor, wenn in den letzten sechs Monaten keine Symptome aufgetreten sind, die mit einer Verengung der Halsschlagader in Verbindung stehen. Eine symptomatische Carotisstenose liegt vor, wenn innerhalb der letzten sechs Monate eine TIA oder ein Schlaganfall aufgetreten sind.

---

<sup>1</sup> Im Sinne einer leichteren Lesbarkeit verzichten wir in dem Schreiben bei Substantiven auf die Unterscheidung weiblicher und männlicher Form. Gemeint sind jedoch in allen Fällen immer sowohl Frauen als auch Männer.

## Warum erhöht eine arterielle Carotisstenose das Schlaganfall-Risiko?

Durch eine Verengung der Arterie wird das Gehirn mit zu wenig Blut versorgt. Häufig bringt diese Mangel durchblutung Ausfälle bestimmter Regionen im Gehirn mit sich. Die häufigste Komplikation einer arteriellen Carotisstenose ist der Schlaganfall. Eine weitere Komplikation in Folge einer Carotisstenose stellt eine TIA dar.

## Welche Ursachen führen zu einer arteriellen Carotisstenose?

Das Auftreten einer arteriellen Carotisstenose wird durch verschiedene Faktoren begünstigt. Hauptursache für eine Verengung der Schlagadern ist eine Arteriosklerose. Bei einer Arteriosklerose lagern sich in den Arterien fetthaltige Substanzen ab und behindern oder blockieren somit den Blutfluss.

Ab dem 65. Lebensjahr ist die Wahrscheinlichkeit höher, an einer arteriellen Carotisstenose zu erkranken. Männer sind dabei häufiger betroffen als Frauen.

Zu den weiteren fördernden Faktoren gehören:

- Rauchen
- Gefäßerkrankungen in der Vorgeschichte
- erhöhter Blutdruck
- Diabetes mellitus
- Herz-Krankheiten

## Woran erkenne ich, dass ich eine arterielle Carotisstenose habe?

In der Regel zeigen sich bei einer arteriellen Carotisstenose lange Zeit keine Symptome. Anzeichen sind:

- Sehstörungen
- einseitige Lähmung
- einseitige Gefühlsstörungen
- Sprach- und Sprechstörungen

**Keine** typischen Symptome sind Schwindel, Doppelbilder, Gedächtnisstörungen und Kopfschmerzen.

## Wie erfolgt die Behandlung einer arteriellen Carotisstenose?

Bei einer arteriellen Carotisstenose werden Sie zunächst neurologisch untersucht. Häufig wird auch das Herz-Kreislauf-System untersucht. So kann ausgeschlossen werden, dass weitere Erkrankungen, welche mit einer Arterienverengung im Zusammenhang stehen, vorhanden sind.

Bei einer arteriellen Carotisstenose werden Sie zunächst mit Medikamenten behandelt. Diese sollen weitere Komplikationen vorbeugen. Ist bei Ihnen eine leichte Form der arteriellen Carotisstenose aufgetreten, so kann eine medikamentöse Behandlung bereits ausreichend sein.

Leiden Sie an einer massiveren Verengung, so kann ein operativer Eingriff erforderlich sein. Je nach Art und Ausmaß der Verengung gibt es zwei Möglichkeiten diese zu operieren. Bei der „Thrombendarteriektomie“ werden Ihnen die Ablagerungen aus der erkrankten Arterie entfernt.

Die zweite Methode ist der sogenannte „Carotisstent“. Die betroffene Arterie wird mit Hilfe von einem Drahtgeflecht geweitet, so dass das Blut wieder durch die Arterie fließen kann.

## Was kann ich selbst tun?

### • **Bluthochdruck vermeiden**

Die Entstehung einer Arteriosklerose wird durch Bluthochdruck gefördert. Von Bluthochdruck wird gesprochen, wenn wiederholt ein Druck von systolisch (oberer Wert) 140 mm Hg und/oder diastolisch (unterer Wert) 90 mm Hg oder mehr gemessen wird.

Faktoren, welche die Entstehung von Bluthochdruck begünstigen, sind:

- ❖ Bewegungsmangel
- ❖ Übergewicht
- ❖ Falsche Ernährung und ein erhöhter Salzkonsum
- ❖ Starker Alkoholkonsum
- ❖ Rauchen
- ❖ chronischer Stress

Eine Umstellung Ihrer Ernährungs- und Bewegungsgewohnheit oder ein veränderter Umgang mit Stress können bereits eine Senkung des Blutdrucks bewirken. Zusätzlich können Sie in Absprache mit Ihrem Arzt Medikamente einnehmen.

### • **ausreichende körperliche Aktivität**

Körperliche Aktivität wirkt sich in vielen Bereichen positiv auf Ihre Gesundheit aus: Ihr Herz-Kreislauf-System wird trainiert und optimiert, Ihr Blutdruck und Cholesterin-Wert wird gesenkt, Ihr Zuckerstoffwechsel wird reguliert und Ihr Gewicht wird reduziert. Ein erwachsener Mensch sollte jeden Tag mindestens 30 Minuten körperlichen Aktivitäten nachgehen. Welche Form der Aktivität besonders förderlich ist, sollte individuell mit Ihrem Arzt abgesprochen werden.

 **Tipp**

- Bringen Sie Bewegung in Ihren Alltag!
- Steigen Sie Treppen, statt den Fahrstuhl zu nutzen.
- Fahren Sie mit dem Fahrrad zur Arbeit.
- Gehen Sie kurze Strecken zu Fuß, statt mit dem Auto zu fahren.
- Parken Sie das Auto weiter entfernt vom eigentlichen Ziel, um einige Schritte zusätzlich zu laufen.
- Nutzen Sie die Mittagspause für Bewegung.

• **Rauchstopp**

Der Zigarettenrauch befördert gesundheitsschädigende Stoffe in die Gefäße und Organe. Durch diese Stoffe wird unter anderem die Bindungsfähigkeit des Blutes für Sauerstoff reduziert, welches eine schlechtere Durchblutung als Folge hat. Eine schlechtere Durchblutung bewirkt, dass Ihr Puls und Blutdruck ansteigen und weitere Gefäße geschädigt werden können.

 **Tipp**

Unterstützung zum Rauchstopp erhalten Sie auch bei der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, kurz: BZgA. Hier können Sie zwischen telefonischer Beratung (Tel.: 0800 8313131) und Angeboten im Internet wählen: [www.rauchfrei-info.de](http://www.rauchfrei-info.de).

• **Normalisierung des Körpergewichts**

Übergewicht steht in einer engen Beziehung zu weiteren Risikofaktoren: Die Hälfte der Menschen die an zu niedrigem Blutdruck leiden; drei Viertel der Menschen, die

an Diabetes mellitus erkrankt sind oder fast alle Menschen, die eine Fettstoffwechselstörung haben, sind Übergewichtig. Daher wirkt sich eine Gewichtsabnahme positiv auf das Risiko aus, einen Schlaganfall zu erleiden.

Durch ein erhöhtes Angebot an LDL wird dieses direkt in das Blut abgegeben. Das LDL lagert sich an den Gefäßwänden ab und es bildet sich Plaques. Die Blutgefäße verengen und verhärten sich mit der Zeit – es entwickelt sich eine Arteriosklerose.

- **Gesunde Diät (gesunde Vollwertmischkost)**

Die Entwicklung von einer Arteriosklerose wird durch eine schlechte Ernährung erhöht. Zudem wirkt sich ein ungesundes Ernährungsverhalten negativ auf Ihr Körpergewicht, den Blutdruck, die Blutfettwerte und das Diabetes mellitus-Risiko aus.



**Tipp**

Im höheren Lebensalter spielt die „richtige“ Ernährung eine große Rolle. Dazu gehören vor allem regelmäßige Mahlzeiten und viel trinken. Das Protokollieren der Trinkmenge kann hilfreich sein. Planen Sie sich zudem feste Essenszeiten ein. Hierdurch lassen sich Unterzuckerungen vermeiden.

**Weiterführende Informationen und Hilfen finden Sie hier:**

**Patientenleitlinie** zur Diagnostik, Therapie und Nachsorge der extracraniellen Carotisstenose zum Download verfügbar unter:

[https://www.awmf.org/uploads/tx\\_szleitlinien/004-028k\\_extracranielle-Carotisstenose-Diagnostik-Therapie-Nachsorge\\_2020-02\\_1.pdf](https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/004-028k_extracranielle-Carotisstenose-Diagnostik-Therapie-Nachsorge_2020-02_1.pdf)

**Selbsthilfe nach Schlaganfall**

Soziale Kontakte, Austausch und einen großen Erfahrungsschatz bieten Selbsthilfe-Gruppen, auch für Angehörige.

Hier finden Sie Gruppen in Ihrer Nähe: [www.schlaganfall-hilfe.de](http://www.schlaganfall-hilfe.de)

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich jederzeit an Ihren Schlaganfall-Lotsen oder an die Patientenbeauftragte im Projekt STROKE OWL, Tel.: 05241 9770-88

## Quellen

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und Leitlinienwissen. Als Hauptquelle ist die Leitlinie zur Diagnostik, Therapie und Nachsorge der extracraniellen Carotisstenose zu nennen:

[https://www.awmf.org/uploads/tx\\_szleitlinien/004-028l\\_extracranielle-Carotissenose-Diagnostik-Therapie-Nachsorge\\_2020-02\\_03.pdf](https://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/004-028l_extracranielle-Carotissenose-Diagnostik-Therapie-Nachsorge_2020-02_03.pdf)

Eine vollständige Liste der verwendeten Quellen kann bei Bedarf in der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe angefordert werden.

## Impressum

### Herausgeber:

Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe  
Konsortialführung im Projekt **STROKE OWL**\*  
Schulstraße 22 | 33330 Gütersloh

### Redaktion und Text:

### Fachliche Beratung:

**E-Mail:** [stroke.owl@schlaganfall-hilfe.de](mailto:stroke.owl@schlaganfall-hilfe.de)

**Internet:** [stroke-owl.de](http://stroke-owl.de) | [schlaganfall-hilfe.de](http://schlaganfall-hilfe.de)

**Projekt-Kontakt Daten im Detail:** [stroke-owl.de/kontakt](http://stroke-owl.de/kontakt)

\* Das Projekt wird mit Mitteln des Innovationsausschusses beim Gemeinsamen Bundesausschuss unter dem Förderkennzeichen 01NVF17025 gefördert.

**Stand:** Juli 2020

© Juli 2020

Nachdruck oder Vervielfältigung (auch auszugsweise) nur mit Genehmigung der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe