

# PATIENTENINFORMATION

**Prim. Dr. Thomas ROTHMUND**  
NEUROLOGE UND PSYCHIATER  
IN DER PRIVATKLINIK DÖBLING



**Prim. Dr. Thomas ROTHMUND**  
Facharzt für Neurologie und Psychiatrie

PRIVATKLINIK DÖBLING ORDINATIONSZENTRUM  
1190 Wien, Heiligenstädter Straße 46-48  
Tel. +43 (0)664 4120100, +43 (0)1 36066/7785  
dr.rothmund@nerven.net  
www.nerven.net

**DEPRESSION, ANGST & PANIK**



**SCHWINDEL**



**RÜCKENSCHMERZEN & ISCHIAS**



**SCHLAGANFALL & KOPFSCHMERZEN**



[www.nerven.net](http://www.nerven.net)

# HERZLICH WILLKOMMEN

**Prim. Dr. Thomas Rothmund** ist Facharzt für Neurologie und Psychiatrie und leitet das Institut für Neurologie und Neurophysiologie an der Privatklinik Döbling. Er ist Experte für Schlaganfall und andere neurologische Notfälle, Schwindel, Angst und Depressionserkrankungen, sowie Rücken- und Kopfschmerzen und auch Multiple Sklerose.

**Die Ordination** befindet sich im privaten Ordinationszentrum der Privatklinik Döbling. Das Gebäude liegt gegenüber der Klinik und ist mit einer Brücke verbunden. Den ambulanten Patienten stehen durch die Kooperation mit der Kassenambulanz der Privatklinik daher alle diagnostischen Möglichkeiten eines modernen Schwerpunktkrankenhauses zur Verfügung.

**Die stationäre Behandlung** neurologischer und psychiatrischer Patienten kann durch die persönliche Betreuung optimal in der Privatklinik Döbling erfolgen.

Für zusatzversicherte Patienten („Sonderklasse“) werden alle Kosten einer nötigen Spitalsbehandlung direkt mit der jeweiligen Versicherung abgerechnet.

## Liebe Patientinnen und Patienten!

Edvard Munch, der Expressionist und Schöpfer des Jahrhundertbildes „Der Schrei“, meinte einmal: „Ohne Angst und Kranksein wäre mein Leben wie ein Boot ohne Ruder“.

Der Norweger wurde als Modernist des 20. Jahrhunderts bezeichnet. In seinem Schaffen war Munch ein Zeitgenosse der Psychoanalytiker Sigmund Freud und Alfred Adler und er dachte wie sie: Unser Leben wird erst aus dem Leiden, das es uns manchmal zumutet, als lebenswert verstanden.

Wenn wir aber die Symptome häufiger neurologischer und psychischer Erkrankungen frühzeitig als solche identifizieren, so können wir diese Beschwerlichkeiten verringern, oft sogar beenden.

Drei Jahrzehnte Erfahrung als Nervenfacharzt lassen mich gemeinsam mit meinen Patienten und Kollegen sehr rasch viele Probleme lösen.

Die vorliegende Broschüre hilft Ihnen, Warnzeichen bei

- Depression, Angst und Panik
  - Schwindel
  - Rückenschmerzen und Ischias
  - Schlaganfall, Kopfschmerzen
- zu erkennen und besser zu verstehen.



Sie finden hier auch einen ersten Überblick zu therapeutischen Möglichkeiten. Im Internet finden Sie weitere Informationen und Selbstkontroll-Fragebögen auch auf meiner Website [www.nerven.net](http://www.nerven.net).

Wenn Sie manche der Risikofaktoren oder sogar schon deutliche Krankheitssymptome bei sich selbst entdecken, ist der Besuch beim Facharzt für Neurologie und Psychiatrie dringend geboten. Gerne helfe ich Ihnen dann im manchmal eben rauen Fahrwasser, damit nichts aus dem Ruder läuft und Ihr Boot auf Kurs bleibt.

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Rothmund'. The signature is fluid and cursive, written over a white background.

Prim. Dr. Thomas Rothmund

# DEPRESSION, ANGST & PANIK

## Die Seele ruft um Hilfe



**Depression** ist eine weitverbreitete Erkrankung, die **häufig nicht erkannt** und in vielen Fällen nicht ausreichend behandelt wird.

Verschiedene fassbare äußere Ursachen und Auslöser führen bei individuell unterschiedlicher Empfindlichkeit der Psyche zu einer **Störung des Gleichgewichtes von Überträger-substanzen** im Gehirn. Gedrückte Stimmung, innere Unruhe oder Erschöpfungszustände mit Interessenverlust, Freudlosigkeit und Veränderung des allgemeinen persönlichen Schwunges wie auch körperliche Beschwerden sind die Folge.

Menschen mit Depressionserkrankungen müssen nicht immer „traurig“ sein:

**Angst und Panik sowie vegetative Erscheinungen stehen für die Betroffenen oft im Vordergrund.**

**Auch die Behandlung von Schlafstörungen ist wichtig.**

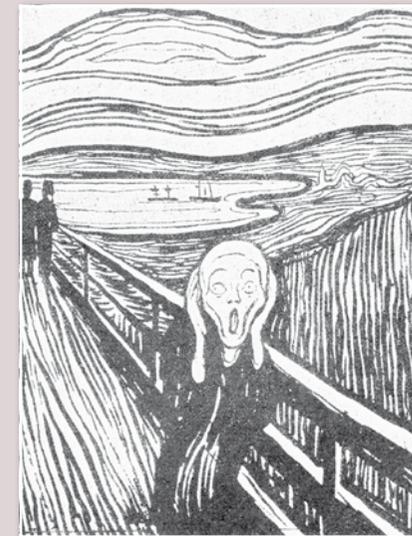
Anfallsweise auftretende **Panikattacken** können auf eine **„versteckte Depression“** hinweisen

- Herzklopfen
- Brustschmerz
- Schwitzen
- Hitze- oder Kälteschauer
- Kribbelsensationen
- Zittern
- Atemnot
- Erstickungsgefühl
- Übelkeit
- Bauchschmerzen
- Schwindel
- Unsicherheit
- Entfremdungsgefühl der eigenen Person und/oder der Umwelt gegenüber
- Angst verrückt zu werden
- Angst vor Kontrollverlust
- Todesangst

**ERKENNEN SIE GEMEINSAM MIT IHREM ARZT DEPRESSIONEN.**

### Sind Sie depressionsgefährdet?

- Leiden Blutsverwandte von Ihnen an Depression?
- Gab es in den letzten Monaten in Ihrem Leben besonders viele Veränderungen oder belastende Ereignisse?
- Hatten Sie in der letzten Zeit eine schwere oder länger andauernde körperliche Erkrankung oder Operation?
- Leiden Sie unter Schlafdefizit (unabhängig von der Ursache)?
- Fragen andere Sie, ob Sie ein „Burn out“ haben?



E. Munch „Der Schrei 1893“/© VBK, Wien 1999

### Sie sind möglicherweise schon depressiv

- Waren Sie früher allgemein interessierter, begeisterungsfähiger?
- Fühlen Sie sich vereinsamt und von Ihrem sozialen Umfeld im Stich gelassen oder abgelehnt?
- Fühlen Sie sich minderwertig, machen Sie sich Vorwürfe oder haben Sie Angst zu versagen?
- Sind Sie grüblerisch, unentschlossen, pessimistisch, zukunftsängstlich?
- Fühlen Sie sich leer, hoffnungslos oder weinerlich?
- Haben Sie schon daran gedacht, sich umbringen zu können?

### Erste Warnzeichen für Depressionserkrankung

- Schlafen Sie schlechter?
- Wachen Sie früh auf?
- Sind Sie ständig müde?
- Sind Sie weniger leistungsfähig?
- Fühlen Sie sich allgemein unwohl, nervös oder ängstlich?
- Haben Sie oft Kopf- oder Rückenschmerzen, Druckgefühl in der Brust?
- Haben Sie unerklärliche Atem-, Herz-, Kreislauf-, Magen-, Darm- oder Unterleibsbeschwerden?
- Haben Sie weniger Lust auf Sex?

**DEPRESSION IST MEDIKAMENTÖS UND PSYCHOTHERAPEUTISCH BEHANDELBAR.**



# SCHWINDEL

## Warnzeichen für verborgene Erkrankungen



Durch die **zielgerichtete Auswahl**, der in der Privatklinik Döbling zur Verfügung stehenden interdisziplinären Spezialdiagnostik, u.a. Gefäßultraschalluntersuchungen, Kernspintomographie und HNO-Untersuchungen, lassen sich eine ursächliche Zuordnung der Beschwerden und somit ein folgerichtiger Behandlungsplan finden.

### Sind auch Sie „aus dem Gleichgewicht“?

- Persönliches Arztgespräch unter Verwendung eines speziellen Patientenfragebogens.
- Körperliche Untersuchung durch den Spezialisten.
- Bei Bedarf Computergleichgewichtstest durch Posturographie – ein hochempfindliches Messplattenverfahren – deckt auch geringfügige, sonst kaum wahrnehmbare Funktionsstörungen der Gleichgewichtsregulation und der motorischen Koordination auf.
- Befundbesprechung und Festlegen der weiter notwendigen Maßnahmen.

**Schwindelgefühl** selbst ist zwar keine Krankheit, eher ein **Alarmzeichen** dafür, dass unser Körper oder unsere Psyche aus dem gesunden Gleichgewicht gekommen ist. Eine Vielzahl von Belastungen und Krankheiten führt zu einem für Patient und Arzt oft gleichermaßen verwirrenden

Beschwerdebild. Häufig ist der Patient auch nicht in der Lage selbst seine Körperempfindungen näher zu beschreiben, fühlt aber, dass der bei ihm vorhandene Zustand bedrohlich werden könnte – Angst tritt zusätzlich auf.

**Individuelles Eingehen auf den Patienten und „seinen Schwindel“ ist der Schlüssel zu Verständnis und Therapieerfolg.**

**EINE VIELZAHL VON ERKRANKUNGEN UND BELASTUNGEN FÜHRT ZU SCHWINDELGEFÜHL UND UNSICHERHEIT.**

# RÜCKENSCHMERZEN & ISCHIAS

## Nervenschädigung durch Wirbelsäulenerkrankungen und Bandscheibenschäden



### Selbsttest bei plötzlichem Rückenschmerz und Ischias

- sehr heftige, plötzlich auftretende Kreuzschmerzen mit Muskelverspannung und gravierender Bewegungseinschränkung
  - ◆ Aufsetzen im Bett?
  - ◆ Vorbeugen?
  - ◆ gerades Stehen?
- Nervenschmerz mit Ausstrahlung in Hüfte oder Bein, Muskelkrämpfe?
- ähnliche Ausstrahlungsschmerzen schon früher?
- streifenförmige Gefühlsstörung entlang eines Beines? („Bamstigkeit“, „Ameisenkribbeln“)
- Muskelschwäche im Bereich eines Beines (Einknicken im Knie, Umknöcheln, Stolpern)
  - ◆ Kniebeuge?
  - ◆ Fersengang?
  - ◆ Zehenspitzenengang?
- Schlafstörung mit Unruhe?
- Nächtlicher Bewegungsdrang?
- Harnverhalten oder Inkontinenz?

### Zeichen einer Nervenschädigung

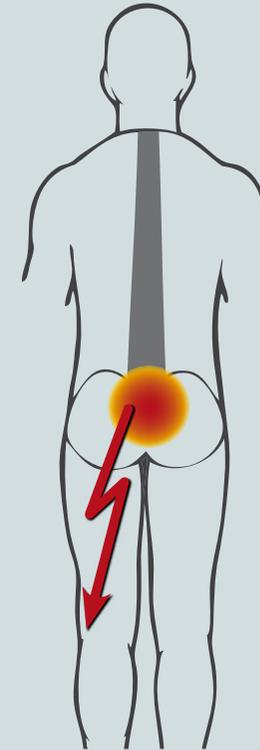
- ziehende/stechende/bohrende Schmerzen, eventuell mit
- taubem oder „bamstigem“ Gefühl, Kribbelgefühl, auch Kältegefühl
- Muskelkrämpfe oder Muskelzuckungen
- Kraftminderung von Muskelgruppen führt zu Schwäche bei bestimmten Bewegungsfunktionen
- Rückenmarkschädigung kann zu allgemeiner Unsicherheit beim Gehen führen
- gestörte Blasenkontrolle (eventuell auch gestörte Mastdarmkontrolle) ist ein besonders schwerwiegendes Zeichen

### Warnzeichen für drohende, bleibende Nervenschädigung durch Wirbelsäulenerkrankung und Bandscheibenschäden sind

- Schmerzhaftige Bewegungseinschränkung der Wirbelsäule,
- Schulter-Arm-Nackenschmerzen („Cervikalsyndrom“) sowie
- Kreuzschmerzen („Lumbago“) und
- ins Bein ausstrahlende „Ischias“-Beschwerden

### Der Neurologe untersucht

- Anamnese
- Schmerzanalyse
- manualmedizinische Bewegungsfunktionsdiagnostik
- Überprüfung von Nerven- und Rückenmarksfunktionen
  - ◆ Kraft, Feinmotorik, Koordination
  - ◆ Gefühlswahrnehmung
  - ◆ Reflexprüfung
- gegebenenfalls elektrische Nerv-/Muskeluntersuchungen
- Kernspintomographie (MRT) von Wirbelsäule, Rückenmark und Nerven bietet bestmögliche und schmerzlose Diagnostik der Schäden durch
  - ◆ Bandscheibenvorfälle
  - ◆ Knöchelne Einengungen
  - ◆ Gelenkerkrankungen
  - ◆ Entzündungen
  - ◆ Tumore
  - ◆ Unfallfolgen
  - ◆ Fehlbildungen



### Therapiemöglichkeiten

- Bei drohender Nervenschädigung bietet die rasche Behandlung durch ein spezialisiertes Ärzteteam im Spital die bestmögliche Heilungschance
- (Bett-)Ruhe
  - Körperliche und psychische Entlastung
  - Medikamentöse Schmerzbehandlung (Infusionen)
  - Reflextherapien, Kältetherapie (Physiotherapie)
  - Infiltrationsbehandlung (gegebenenfalls auch gezielte Nervenblockade mittels Computertomographie)
  - Heilgymnastik
  - medizinische Trainingstherapie
  - Korrektur gewohnter, falscher Bewegungsmuster
  - Manualmedizinische Behandlung
  - Wenn nötig rasche Operation (neurochirurgische, minimal invasive Intervention)



# SCHLAGANFALL & KOPFSCHMERZEN

## Folgeschäden vermeiden

### Migräne oder „normale“ Kopfschmerzen

- Übelkeit oder Erbrechen? Lichtempfindlichkeit?
- Gravierende Einschränkung Ihrer Tagesaktivitäten?

### Ein „Schlagerl“ muss nicht weh tun

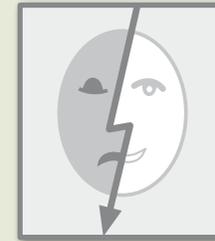
„Kleine“ Schlaganfälle werden deswegen oft nicht ernst genommen oder gar nicht bemerkt.

Bei Auftreten eines der folgenden **Warnzeichen** wenden Sie sich bitte so rasch wie möglich an Ihren Neurologen oder an ein spezialisiertes Zentrum.

- Plötzliches Herabhängen eines Mundwinkels
- Kurzzeitige Barmstigkeit, Ungeschicklichkeit oder Schwäche der Arme und Beine
- Unsicherheits- und Schwindelgefühl
- Sehstörungen
- Sprachstörungen
- Sturzereignisse
- Kurze Ohnmacht
- Gedächtnisstörungen
- Plötzlich auftretende oder ungewohnt lang dauernde Kopfschmerzen

**Sie haben ein erhöhtes Schlaganfall-Risiko**, wenn Sie eine oder mehrere der folgenden Fragen mit „Ja“ beantworten:

- Leiden Sie unter Bluthochdruck?
- Rauchen Sie?
- Leiden Sie an Zuckerkrankheit oder erhöhten Blutfetten?
- Haben Sie Übergewicht und Bewegungsmangel?
- Nehmen Sie seit mehreren Jahren die Pille?
- Leiden Sie unter erhöhtem Stress?
- Leiden Sie an Herzerkrankungen wie z. B. Herzinfarkt, Herzrhythmusstörungen, etc.?
- Leiden Sie unter Durchblutungsstörungen (Gefäßverkalkung)?
- Gab es in Ihrer Familie bereits Fälle von Schlaganfall, Herzinfarkt oder anderen Gefäßerkrankungen?



### Der Schlaganfall ist die dritthäufigste Todesursache in Österreich

#### Schlaganfall kann bedeuten

- Lähmung
- Sprachstörung
- Sehstörung
- Depression
- geistiger Verfall
- Pflegebedürftigkeit

Ein einmal eingetretener Hirnschaden lässt sich nicht mehr beheben. Nur durch sofortige Behandlung kann er noch begrenzt und können die Folgen vermindert werden.

### Nur gezielte Vorsorge verhindert den Schlaganfall

Denken Sie rechtzeitig daran.

- Ab dem 40. Lebensjahr alle zwei Jahre zur Vorsorgeuntersuchung beim Neurologen
- Bei erhöhtem Risiko bereits ab dem 30. Lebensjahr jährlich
- Bei plötzlichem (schlagartigem) heftigen Kopfschmerz sofort ins Spital
- Gezielte Abklärung bei zunehmendem Kopfschmerz durch den Spezialisten. Kopfschmerzen können auf einen Schlaganfall, eine Hirnblutung, Gefäßmissbildung oder auf einen Hirntumor und auch Gefäßentzündung oder Multiple Sklerose hinweisen.

Die Untersuchung durch den Spezialisten deckt frühzeitig die zum Schlaganfall führenden Gefäßwandveränderungen, Hirndurchblutungsstörungen sowie Entzündungen auf – und:

### Tut jedenfalls nicht weh.

### Die richtige Schlaganfall-Vorsorge

- Umfassende Untersuchung durch den Neurologen
  - ◆ ärztliches Gespräch
  - ◆ körperliche Untersuchung
  - ◆ Gefäßultraschalluntersuchung (Duplexsonographie)
- ggf. weiterführende Diagnostik (Magnetresonanztomographie, MR-Angiographie)
- EKG, Blutdruckmessung
- Laboruntersuchungen des Blutes