

Die Woche des Gehirns (Brain awareness week)

Seit 13 Jahren ist die Neurologische Klinik des Kantonsspitals Aarau Partner der Dana Foundation, die vor genau 15 Jahren mit grosszügiger philanthroper Sponsorenunterstützung auf Anregung zahlreicher renommierter Wissenschaftler in den USA, später in Europa die Idee lancierte, das Wissen über die Funktion des Gehirns und der Störungen des Gehirns einem interessierten Publikum zu vermitteln. In diesem Jahr beteiligen sich in der Schweiz fünf Universitätskliniken und als einzige nicht-universitäre Institution das Kantonsspital Aarau an diesem Projekt. Zahlreiche Themen haben wir in den vergangenen Jahren in Vorträgen, Filmen, Theateraufführungen, Ausstellungen und Demonstrationen aufgegriffen.

Vom 15.-20. März wurde ein kleines aber feines Programm aufbereitet, das die Epilepsie, die Multiple Sklerose und Verhaltensstörungen nach Hirnverletzung umfasst. Ergänzt werden diese Veranstaltungen von einer Photoausstellung und einem Tag der offenen Tür der neurophysiologischen Labors mit begleitenden Kurzvorträgen zu verschiedenen Themen.

Verhaltensstörung nach Hirnverletzung

Am Freitag, 19. März, werden in gemeinsamer Arbeit die Angehörigengruppe von hirnverletzten Menschen, FRAGILE Suisse, Pro infirmis und Dr. Karen Wachter (Oberärztin Verhaltensneurologie des KSA) ein heikles Thema behandeln. Es geht um Verhaltensstörungen nach Hirnverletzung. Hirnverletzung meint im Grunde jede Form von Schädigung des Gehirns, sei es ein Trauma, eine degenerative Krankheit, ein Hirntumor oder ein Schlaganfall.

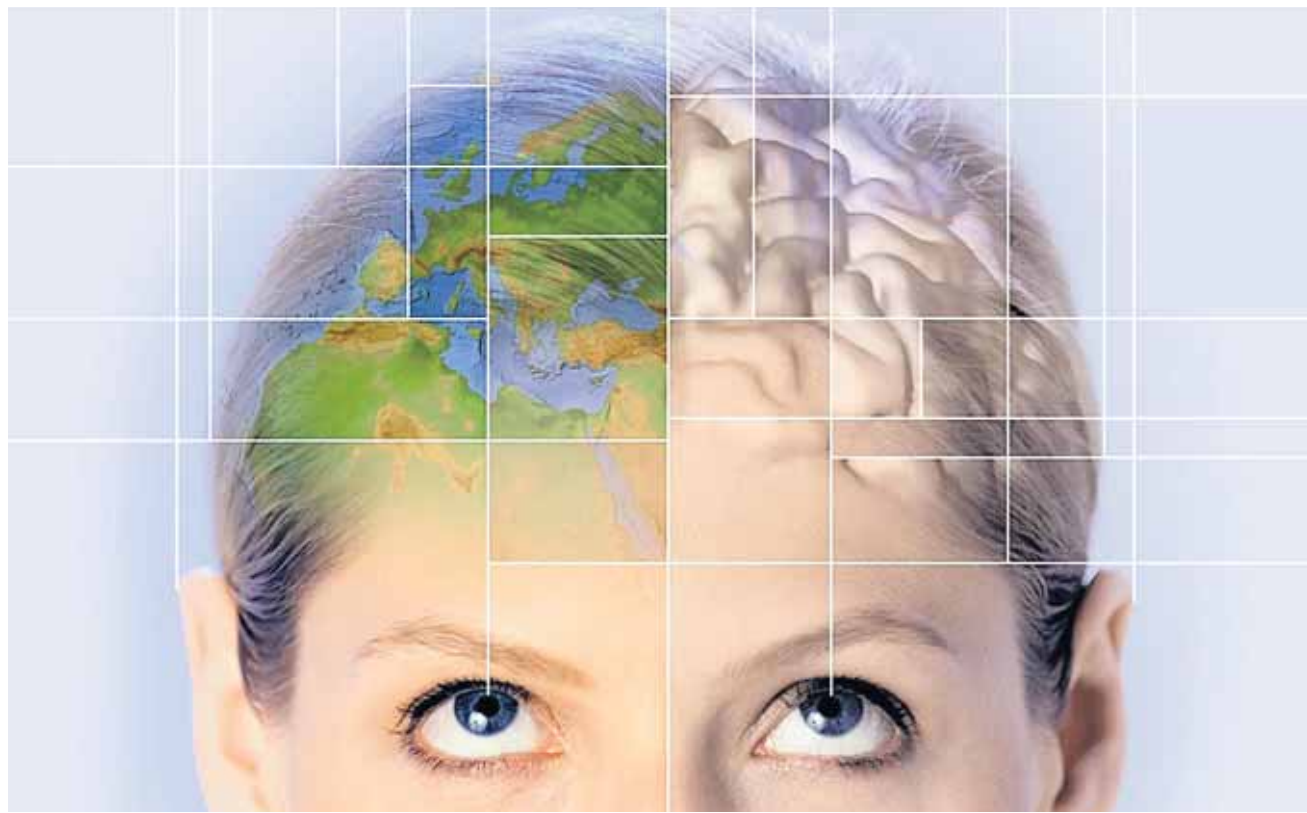
Leider wird immer wieder vergessen, dass Hirnverletzung sich nicht etwa ausschliesslich in körperlichen Defiziten zeigt oder in kognitiven Störungen. Viel gravierender und für Patient und soziales Umfeld folgenschwerer sind Verhaltensstörungen. Jede Hirnverletzung trifft nicht nur eine mehr oder minder anatomisch-topographische definierte Funktion, sondern wird durch Schädigung eines komplizierten Netzwerkes sogenannte höhere Hirnfunktionen

beeinträchtigen, die sich in einem gestörten Verhalten äussern können. Verhaltensstörung meint unangepasstes Verhalten, wie Enthemmung, auch sexuelle Enthemmung, Rückzug, Aggressivität, Einschränkung der Urteilskraft mit selbst- und fremdgefährdenden Handlungen, Sucht wie z.B. Spielsucht, etc. Derartige Verhaltensstörungen können vorübergehende Zeichen sein, wie bei einer akuten Schädigung nach Trauma oder medikamentöser Intoxikation, z.B. bei einem Delir oder Durchgangssyndrom, sie können im Rahmen einer Neurorehabilitation vorübergehend auftreten oder aber auch dauerhaft bestehen bleiben.

Verhaltensstörungen treten natürlich auch in Grenzsituationen auf, wobei sie episodisch auch beim sogenannten Gesunden auftreten können. Abgrenzungen sind im Einzelfall sicher schwierig.

Verhaltensstörungen sind im sozio-kulturellen Kontext definiert, in dem jeder von uns aufgewachsen ist. Unsere Gehirne haben neben der genetischen Determiniertheit, durch Erziehung und durch sozio-kulturelle Einflüsse das sogenannte normale Verhalten in Gedächtnisstrukturen abgelegt, die zum Teil komplex miteinander vernetzt sind und natürlich vielfältig störfähig sind.

Dr. Wachter wird diese Zusammenhänge aufzeigen, ein Film von



FRAGILE Suisse wird das Problem illustrieren und anschliessend kann ausgiebig diskutiert werden.

«Leben mit Multipler Sklerose» – Ausstellung mit Fotos von Michel Comte

Der Starfotograf Michel Comte ist heute einer der weltbesten und einer der gefragtesten Fotografen seiner Generation. Seine Modeaufnahmen und Starportraits haben ihn weltberühmt gemacht, genauso wie seine Reportageaufnahmen. Michel Comte hat drei Schicksale portraitiert und vermittelt in zwölf einfühlsamen Bildern Einblick ins Leben MS-Betroffener.

Autor: Prof. Dr. med. Ulrich Buettner, Chefarzt Neurologie

DAS PROGRAMM IM KSA

Montag, 15. März, 19 Uhr, Hörsaal Haus 1
Epilepsie – Wenn Medikamente nicht helfen
Vortrag von Dr. med. Silke Biethahn, Oberärztin Neurologische Klinik, KSA

Mittwoch, 17. März, 19 Uhr, Hörsaal Haus 1
Die Behandlung der Multiplen Sklerose: Eine Erfolgsgeschichte?
Vortrag von Dr. med. Guido Schwegler, Oberarzt Neurologische Klinik, KSA

Freitag, 19. März, 19 Uhr, Hörsaal Haus 1
Verhaltensstörungen nach Hirnverletzung
Einführung und Diskussionsleitung: Dr. med. Karen Wachter, Oberärztin Verhaltensneurologie, Neurologische Klinik, KSA

Samstag, 20. März, 10–16 Uhr, Haus 1, Lift A, 2. Stock
Tag der offenen Tür in der Neurologischen Klinik
Demonstrationen in den neurophysiologischen Labors

IN ZUSAMMENARBEIT MIT «ROLLING ROCK AARAU»:

1. Inline Skating

Sicheres Skaten, Stürzen, Bremsen, erkennen und meistern von Gefahrensituationen und Hindernissen, Materialkunde

- a) Grundkurse für Erwachsene: ab 16 Jahren / 5×1,5 h / Fr. 160.–
 - b) Grundkurse für Kinder zwischen 6–11 Jahre / 8×1 h / Fr. 135.–
 - c) Ferienkurse für Kinder zwischen 6–11 Jahre / 3×1 h / Fr. 55.–
- Kursort: Rolling Rock, Industriestrasse 44, Aarau

2. Skateboard

Basics, Ollie, Turn fs+bs, Slalom, Halfpipe pushing, dropping in, Shovit.

- a) Grundkurse für Kinder und Jugendliche ab 5 Jahre / 8×1 h / Fr. 135.–
 - b) Ferienkurse für Kinder und Jugendliche ab 5 Jahre / 3×1 h / Fr. 55.–
- Kursort: Rolling Rock, Industriestrasse 44, Aarau

3. Skike-Kurse

Der Ideale Ausgleich zum Langlaufen im Frühling, Sommer und Herbst

- a) Kurse für Erwachsene ab 16 Jahren / 1×1,75 h / Fr. 50.–
- Kursort: Schachen, Parkplatz Schwimmbad, Aarau

Kursdaten und Anmeldung aller Kurse mit Rolling Rock unter:
www.aaraeusigsundstadt.ch

WEITERE KURSE

Jogging-Vorbereitungstraining / gemeinsam an den Hallwilersee-Lauf

Ziel: 21,1 km rund um den Hallwilersee am Sa, 16. Okt.
Kurs-Anforderung: Fortgeschrittene, welche 5 km ohne Unterbruch joggen
Datum: 27. April–24. Juni sowie 10. August–16. Oktober
Zeit: Dienstag und Donnerstag, 19–ca. 20.30 Uhr
Ort: Leichtathletikstadion Schachen, Aarau
Leitung: Werner Brunner, Jogging-Leiter
Kosten: Fr. 180.– inkl. Anmeldung, Startgeld

Nordic Walking Technikkurs für «Grosse Grössen»

AnfängerInnen ab BMI ca. 30, ohne Grundkenntnisse
Maximal 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmer
Datum: 18. März–15. April (ohne 1.4.) / 26. August–16. September
Zeit: Donnerstag, 18.30–19.30 Uhr
Ort: Leichtathletikstadion Schachen, Aarau
Leitung: Verena Hartmann, Nordic-Walking-Instruktorin
Kosten: Fr. 64.–/4x inkl. Stöcke

XCO-Kurse

Walking- und Jogging-Form mit Hanteln zur Intensivierung des Trainings
Datum: 26. April–10. Mai
Zeit: Montag, 18.30–19.30 Uhr
Ort: Leichtathletikstadion Schachen, Aarau
Leitung: Theres Schenk, Nordic-Walking- und XCO-Instruktorin
Kosten: Fr. 50.–/3x inkl. XCO® - Trainer

VORANZEIGE

Schwimmkurs für Erwachsene

Anfängerinnen und Anfänger mit Grundkenntnissen
Datum: 28. April–16. Juni
Zeit: Mittwoch, 11–11.50 Uhr
Ort: Hallenbad Telli, Aarau
Leitung: Birgit Eichhorn, Schwimminstruktorin
Kosten: 120.–/8x, exkl. Eintritt Hallenbad

Sind Sie im Takt?

...oder bringen Sie die täglichen Herausforderungen ins Rotieren?
Ein Fitness-Tag für Ihre Psyche mit Inhalten wie: Umgang mit Belastungen und Stress, die Fallen der Rollenvielfalt, was macht mich krank, was hält mich gesund, was sind meine Kraftquellen?
Datum: 7. Mai
Zeit: Freitag, 9.00–17.00 Uhr
Ort: AARAU eusi gsund Stadt, Schlossplatz 1, Aarau
Leitung: Manuela Frey Cescato, lic. phil I, Psychologin
Edith Schmid, dipl. Erwachsenenbildnerin AEB
Kosten: Fr. 220.– inkl. Unterlagen

Anmeldung bis 9. April bei: Aarau eusi gsund Stadt, Tel. 062 822 32 61, www.aaraeusigsundstadt.ch

Mehr essen – weniger wiegen! Noch vor dem Sommer 5–7 Kilo in 12 Wochen abnehmen!

Mit dem 12-Wochen-Kurs MyBalance kommen Sie Ihrem Wunschgewicht endlich näher. Gerne begleiten wir Sie auf Ihrem Weg!

Ein neuartiges Konzept beschleunigt den Stoffwechsel und geht den Pfunden an den Kragen. Hungern streng verboten!

Sie sind herzlich eingeladen, kostenlos an einem der Vorträge teilzunehmen. Was ist MyBalance? Ein Abnehm- und Ernährungskonzept, welches Ernährung und Training miteinander verbindet und so zu einer langfristigen Gewichtsreduktion oder Gewichtsoptimierung führt.

FlowerPower Fitness und Wellness, Rohrerstrasse 78, 5000 Aarau
Telefon 062 823 03 20, www.flowerpowerfitness.ch

**Flower
POWER**
FITNESS & WELLNESS