

Pressemitteilung

Brain Fog: Nebel im Kopf

Expertin und Experte der Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee informieren über Diagnose- und Therapiemöglichkeiten

Bad Wiessee, 4. Mai 2022. Wer merkt, dass seine kognitive Leistungsfähigkeit eingeschränkt ist, ist meist verunsichert. Expertinnen und Experten sprechen bei mentalen Beeinträchtigungen, wie sie zum Beispiel als Folge einer SARS-CoV-2-Infektion auftreten, von Brain Fog. Dr. Claudia Stichtmann, Fachärztin für Neurologie, und Dr. Andreas Hofschneider, stellvertretender ärztlicher Direktor der Marianowicz Medizin Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee und Chefarzt für Kardiologie und Innere Medizin, klären über Bewusstseinsstrübung sowie Diagnose- und Therapiemöglichkeiten auf.

Brain Fog – was ist das?

„Bei Konzentrationsproblemen, Orientierungsschwierigkeiten, Wortfindungsstörungen, plötzlicher Vergesslichkeit, mentaler Erschöpfung oder dem Gefühl, keinen klaren Gedanken fassen zu können, spricht man von Brain Fog, Nebel im Kopf“, erklärt Dr. Stichtmann. Brain Fog ist ein Symptom, das auf verschiedene Gehirnfunktionsstörungen hinweisen kann. Demzufolge sind auch die Behandlungsmöglichkeiten und die Prognosen individuell verschieden.

Zum Beispiel kann der Gehirnebel bei psychischen Belastungen wie Schlafentzug, Stress oder Angst sowie bei psychischen Erkrankungen wie Depression auftauchen. Aber auch körperliche Ursachen wie eine hormonelle Umstellung bei Schwangerschaft oder Wechseljahren sowie körperliche Erkrankungen, wie Multiple Sklerose, Alzheimer Erkrankung oder nach einer durchgemachten Sars-Cov-2-Infektion, können verantwortlich für Brain Fog sein. „Unabhängig von der Diagnose ist der Leidensdruck durch die geistigen Einschränkungen für Betroffene meist groß. Eine Abklärung der Ursachen ist deshalb wichtig und kann helfen, die Symptome einzuordnen und eine entsprechende Behandlung anzugehen“, weiß die Expertin.

Brain Checks zur Analyse und Prävention

Die Marianowicz Medizin Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee bietet sogenannte Brain Checks an, die auch der Gesundheitsvorsorge dienen können. „Die neuropsychologischen Untersuchungen richten sich an Menschen mit zum Beispiel Long Covid-Symptomen, wie Brain Fog, anhaltenden Kopfschmerzen, Angst oder Schlafstörung. Aber auch gesunde Menschen können diese in Anspruch nehmen, um sich neurologisch durchchecken zu lassen. Wir sind auf das präventive Abklären möglicher Risikofaktoren sowie das Ermitteln etwaiger Frühanzeichen zum Beispiel für Schlaganfall, Demenz oder Parkinson spezialisiert“, so Dr. Hofschneider. Zum Untersuchungsprogramm zählen u.a. ein Gefäßcheck mit Duplexsonographie (Darstellung von Arterien sowie die Erfassung der Blutflussgeschwindigkeit), eine Hirnfunktionsprüfung einschließlich apparativer Messverfahren anhand derer untersucht wird, ob zum Beispiel eine leichte Vergesslichkeit „noch normal“ ist, und umfassende neurologische Untersuchungen einschließlich kognitiver Funktionsprüfung und Labordiagnostik.

Ist die kognitive Beeinträchtigung auf eine Corona-Infektion zurückzuführen, gibt es inzwischen verschiedene Therapieansätze. Diese können gute Erfolge erzielen und das Leiden von Betroffenen

reduzieren. Dazu zählen zum Beispiel verschiedene Sauerstofftherapieverfahren oder Vitamin- und Mikronährstoffinfusionen, wie sie in der Privatklinik Jägerwinkel angeboten werden. Dafür stehen in der Klinik sämtliche Gerätschaften und Lösungen führender medizintechnischer Hersteller zur Verfügung, die eine hochpräzise Diagnostik und Anamnese unterstützen und den Einsatz modernster, hochwirksamer Therapieverfahren ermöglichen. Darüber hinaus verfügt die Klinik über ein eigenes Labor und Infusionsräume.

Eine ausgewogene, vitaminreiche Ernährung, regelmäßige Auszeiten, Achtsamkeitsübungen und eine gesunde Schlafroutine können helfen, Brain Fog zu reduzieren, wenn keine psychische oder körperliche Erkrankung zugrunde liegt. Halten die Beschwerden dennoch weiter an oder verschlimmern sie sich, kann der Rat einer Expertin oder eines Experten sinnvoll sein. „Wer dauerhaft unter kognitiven Beeinträchtigungen leidet und sich im Alltag durch Brain Fog eingeschränkt fühlt, tut gut daran, die Ursache abklären zu lassen“, rät Dr. Stichtmann.

Weitere Informationen zur Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee:

<https://www.jaegerwinkel.de/>

Über die Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee: Von Prävention über Therapie bis Rehabilitation bietet die Klinik ein breites Therapiespektrum basierend auf einem interdisziplinären Behandlungsansatz, der modernste medizinische Erkenntnisse mit einer ganzheitlichen Herangehensweise vereint. Mit einer Spezialisierung auf die Bereiche Orthopädie, Innere Medizin, Kardiologie und Psychosomatik bietet das Ärzteteam kompetente Hilfe und Heilung zu wesentlichen Gesundheitsthemen unserer Zeit.
Mehr unter www.jaegerwinkel.de.

Über die Oberberg Gruppe: Die Oberberg Gruppe mit Hauptsitz in Berlin ist eine vor mehr als 30 Jahren gegründete Klinikgruppe mit einer Vielzahl an Fach- und Tageskliniken im Bereich Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie an verschiedenen Standorten Deutschlands. In den Kliniken der Oberberg Gruppe werden Erwachsene, Jugendliche und Kinder in individuellen, intensiven und innovativen Therapiesettings behandelt. Darüber hinaus existiert ein deutschlandweites Netzwerk aus Oberberg City Centers, korrespondierenden Therapeuten und Selbsthilfegruppen.
Mehr unter: www.oberbergkliniken.de