

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	9
1) Wie Betroffene die Krankheit erleben	13
2) Wie funktioniert unser Nervensystem?	21
Auge an Großhirn	23
Zellen und Fasern	26
3) Beschwerden bei Polyneuropathie	29
Motorische Nerven	30
Sensible Nerven	31
Autonome/vegetative Nerven	33
Symptomübersicht	34
Verlaufsformen und Folgen	35
<i>Interview: Gibt es Vorboten der Erkrankung?</i>	38
4) Ursachen der Polyneuropathie	41
Überblick	42
Diabetes	51
Alkoholismus	51
Nährstoffmangel	54
Medikamente	56
Polyneuropathien durch von außen zugeführte Schadstoffe	58
Infektionskrankheiten	59
Autoimmunerkrankungen	60
Intensivmedizinische Behandlung	61
Nierenschwäche	61
Erkrankungen der Blutgefäße	62
Tumorerkrankungen	63
Vererbte Polyneuropathie	63
Idiopathische Polyneuropathie	64
<i>Interview: Kann mein Lebensstil die Erkrankung auslösen?</i>	65

5) Diagnostische Möglichkeiten	67
Wie erfolgt die Abklärung einer Polyneuropathie?	68
Was möchte der Arzt über Ihre Beschwerden wissen?	68
Wie verläuft die Untersuchung beim Neurologen?	70
Welche Veränderungen sind bei Polyneuropathie zu beobachten? ..	73
Messung der Nervenleitgeschwindigkeit (Elektroneurographie)	74
Messung der elektrischen Muskelaktivität (Elektromyographie)	76
Laboruntersuchung	76
<i>Interview: Was erwartet den Patienten bei der neurologischen</i>	
<i>Untersuchung?</i>	80
Mögliche Zusatzuntersuchungen	81
Krankheiten mit ähnlichen Beschwerden.	82
Restless Legs – die unruhigen Beine	82
Periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)	83
Erkrankungen der Wirbelsäule	84
Überlastungssyndrom der Beine	85
Fehlhaltungen der Füße/Beine	85
Unterschenkelödeme	85
Gutartige Muskelkrämpfe	85
6) Therapie der Polyneuropathie	87
Ursächliche Therapie – das Übel an der Wurzel packen	89
Diabetes	89
Alkohol	90
Mangelercheinungen	90
Vergiftungen	91
Medikamente	92
Nierenschwäche	92
Paraproteinämien	93
Tumoren	93
Immunreaktionen bremsen	93
Infektionen	94
Symptomatische Therapie – Beschwerden lindern	94
Medikamentöse Therapie bei neuropathischen Schmerzen	96

Systemische Therapie	96
Amitriptylin – ein trizyklisches Antidepressivum	96
Duloxetin – ein duales Antidepressivum	97
Antiepileptika – zellmembranstabilisierende Substanzen	97
Opiode	98
Cannabinoide	99
Liponsäure	101
Vitamine	101
<i>Interview: Welche Rolle spielen Vitamine bei der</i> <i>Vorbeugung und Therapie von Polyneuropathie?</i>	103
Lokale Therapie	105
Lidocain	105
Capsaicin	106
Isosorbiddinitrat-Spray	107
Phytotherapie – Pflanzliche Hilfe	107
<i>Interview: Was gilt es beim Einsatz von Heilpflanzen</i> <i>zu beachten?</i>	111
Nichtmedikamentöse Therapien	113
Physikalische Therapie	113
<i>Interview: Wie wirken Elektrotherapien bei</i> <i>Polyneuropathie?</i>	116
Physiotherapie	118
Ergotherapie	119
Orthopädische Behandlung	120
Psychotherapie und Entspannungstraining	120
Musik als Schmerztherapie	121
<i>Interview: Wie kann Musik bei Polyneuropathie helfen?</i>	122
7) Psychotherapie und Entspannung	125
Psychotherapie	126
Entspannungstraining	128
Progressive Muskelentspannung	133
Autogenes Training	134
Training der Achtsamkeit	134
Atemtraining	136
<i>Interview: Wie kann ich lernen, mich zu entspannen?</i>	138

8) Neurologische Rehabilitation	141
<i>Interview: Für welche Polyneuropathie-Patienten ist eine Neuro-Reha besonders geeignet?.....</i>	144
9) Wichtige Selbsthilfe	147
10) Leben mit Polyneuropathie	153
Selbstmanagement	155
Sportliche Aktivitäten	156
Reisen	158
Ernährung	159
Angehörige miteinbinden!	160
<i>Interview: Wie wirkt sich die Erkrankung auf das Sexualleben von Polyneuropathie-Patienten aus?.....</i>	161
Lexikon der wichtigsten Begriffe	163
Die zehn wichtigsten Fragen zum Thema Polyneuropathie. . . .	169
Die Autoren	171
Literaturverzeichnis	172
Abbildungsnachweis	174