

# 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

<b>5) Diagnostische Möglichkeiten</b> .....	<b>67</b>
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
<b>6) Therapie der Polyneuropathie</b> .....	<b>87</b>
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
Opioide . . . . .	98
Cannabinoide . . . . .	99
Liponsäure . . . . .	101
Vitamine . . . . .	101
<i>Interview: Welche Rolle spielen Vitamine bei der     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     zu beachten?</i> . . . . .	111
Nichtmedikamentöse Therapien . . . . .	113
Physikalische Therapie . . . . .	113
<i>Interview: Wie wirken Elektrotherapien bei     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
<b>7) Psychotherapie und Entspannung . . . . .</b>	<b>125</b>
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