

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
	Literatur	4
2	Was versteht man unter Polyneuropathie?	5
2.1	Unser Nervensystem: Anatomie und Physiologie	6
2.1.1	Länge des Nervs	6
2.1.2	Dicke des Nervs	8
2.1.3	Struktur des Nervs	9
2.2	Arten der Polyneuropathie	11
2.2.1	Einteilung nach Symptomen	12
2.2.2	Einteilung nach dem Ort/der Verteilung der Schmerzen	14
2.2.3	Einteilung nach dem betroffenen Teil des Nervs	15
2.3	Möglicher Verlauf	16
2.4	Begleit- bzw. Folgeerkrankungen	18
2.4.1	Fazit	19
	Literatur	19
3	Ursachen und Risikofaktoren	21
3.1	Risikogruppen	24
3.2	Diabetische Polyneuropathie	24
3.2.1	Besonderheiten der diabetischen Polyneuropathie	25
3.2.2	Formen der diabetischen Polyneuropathie	26
3.3	Alkoholische Polyneuropathie	31
3.4	Polyneuropathie nach Chemotherapie	33
3.5	Polyneuropathie durch Medikamenteneinnahme	34
3.6	Vererbte Polyneuropathien	37
3.6.1	Auffallende Symptome	38
3.6.2	Variante ohne Polyneuropathie-Symptome	40
3.7	Ursachenlose (idiopathische) Polyneuropathie	41
3.8	Polyneuropathien bei Allgemeinerkrankungen	42
3.9	Neuroborreliose-Polyneuropathie	44
3.10	Critical Illness Polyneuropathy (Schwerkranken-Polyneuropathie)	46
3.11	Small-fibre-Polyneuropathy (Polyneuropathie der dünnen Nervenfasern)	46
3.12	Polyneuropathie durch Mangelkrankungen	47
3.13	Polyneuropathie als Autoimmunreaktion	49
3.14	Polyneuropathie als Folge bösartiger Tumorerkrankungen	52
3.14.1	Fazit	52
	Literatur	53

4	Hellhörig werden: Frühwarnsignale und Symptome	55
4.1	Wie Patienten die Symptome selbst schildern	56
4.2	Wie sich die Beschwerden noch äußern können	58
4.2.1	Fazit	63
5	Der Polyneuropathie auf der Spur	65
5.1	Selbstbeobachtung und Arztgespräch	66
5.2	Nervenfunktionstests	69
5.3	Test des Gleichgewichtssinns	70
5.3.1	Romberg Test	70
5.3.2	Tandem-Stand	70
5.4	Test auf autonome Polyneuropathie	71
5.5	Messung der Nervenleitgeschwindigkeit und der Muskelfunktion	73
5.6	Blutuntersuchungen	75
5.7	Entnahme von Gewebeproben	76
5.8	Sonstige Zusatzuntersuchungen	77
5.8.1	Fazit	78
6	Achtung: Verwechslungsgefahr!	79
6.1	Andere Formen der Neuropathie – Mononeuropathien	80
6.1.1	Eingeschlafene Hände – Das Karpaltunnelsyndrom	81
6.1.2	Rastlose kribbelnde Beine: das Restless-Legs-Syndrom	84
6.1.3	Blitz im Gehirn – Die Trigeminalneuralgie	86
6.1.4	Lähmung/Schwäche des Wadennervs (Nervus peroneus)	91
6.2	Andere Krankheiten mit ähnlichen Symptomen	92
6.2.1	Wirbelsäulenerkrankungen	92
6.2.2	„Schaufenster-Krankheit“: periphere arterielle Verschlusskrankheit	95
6.2.3	Wadenkrämpfe	98
	Literatur	100
7	Polyneuropathie mit Erfolg behandeln	101
7.1	Auslöser vermeiden – Was der Patient selbst tun kann	102
7.1.1	Diabetes mellitus 2 keine Chance geben	102
7.1.2	Alkohol mit Augenmaß konsumieren	105
7.1.3	Vorbeugen, wenn bestimmte Medikamente eingenommen werden müssen	107
7.2	Therapien zur Ursachenbehebung	108
7.2.1	Medikamentöse Therapien	108
7.2.2	HiTop-Hochtontherapie	109
7.3	Therapien zur Symptomlinderung	113
7.3.1	Grunderkrankungen in den Griff bekommen	113
7.3.2	Medikamentöse Therapien	115
7.3.3	Nahrungsergänzungsmittel	125
7.3.4	Physikalisch-medizinische Behandlungen	128
7.3.5	Physiotherapie	130

7.3.6	Sporttherapie	131
7.3.7	Ergotherapie	131
7.3.8	Psychotherapie	132
7.3.9	Akupunktur-Behandlung	133
7.4	Fächerübergreifende Therapien	134
7.5	Behandlung: immer als individuell geschnürtes Paket	137
7.5.1	Fazit	138
	Literatur	138
8	Wie können Sie als Patient den Behandlungserfolg unterstützen?	141
8.1	Geduld aufbringen	142
8.2	Ratschläge richtig werten	143
8.3	So gesund wie möglich ernähren	144
8.3.1	Was tun gegen die Dysbalance des Stoffwechsels?	145
8.3.2	Warum einseitige Ernährung keine Lösung ist	150
8.3.3	Abschließende Tipps:	150
8.4	So viel wie möglich bewegen	152
8.5	Nicht aufgeben – Zuversicht versetzt Berge!	153
8.6	Selbsthilfegruppen	154
8.6.1	Fazit	155
	Literatur	156
9	Wissenswertes zur neurologischen Rehabilitation	157
9.1	Wann ist ein Reha-Aufenthalt angesagt?	158
9.2	Wie lange soll/muss eine Reha dauern?	158
9.3	Was geschieht im Rahmen einer Polyneuropathie-Reha und was bewirkt sie?	159
9.4	Reha-Zentren für neurologische Erkrankungen in Österreich	161
9.5	Reha-Zentren für neurologische Erkrankungen in Deutschland	164
9.6	Neurologische Reha-Einrichtungen in der Schweiz	169
10	FAQs – Antworten auf 15 wichtige Patientenanliegen	173
	Serviceteil	
	Stichwortverzeichnis	182