

Inhaltsverzeichnis

| | Seite |
|--|-------|
| Vorwort..... | 7 |
| Was ist das Pfeiffersche Drüsenfieber..... | 11 |
| Was ist ein Virus?..... | 13 |
| Wie erfolgt eine Virusübertragung?..... | 17 |
| Was ist das Epstein-Barr-Virus?..... | 18 |
| Wie erfolgt die EBV-Übertragung..... | 21 |
| Die Rolle des Immunsystems..... | 23 |
| Prophylaxe – wie entgeht man einer EBV-Infektion?..... | 27 |
| Symptome des Pfeifferschen Drüsenfiebers..... | 29 |
| •Die Symptome im Überblick..... | 30 |
| •Symptome einer chronischen EBV-Infektion..... | 33 |
| Diagnostik – wie wird eine EBV-Infektion festgestellt?..... | 34 |
| •Symptome, die zur Diagnose herangezogen werden..... | 34 |
| •Ultraschalluntersuchung..... | 35 |
| •Blutbild..... | 35 |
| Differentialdiagnostik – Krankheiten, die mit einer EBV-Infektion verwechselt werden..... | 37 |
| Krankheitsverlauf..... | 39 |
| •Krankheitsverlauf bei Jugendlichen und Erwachsenen..... | 40 |
| •Krankheitsverlauf bei Babys und Kindern..... | 41 |
| •Krankheitsverlauf in der Schwangerschaft..... | 41 |
| Mögliche Folgen und Komplikationen des EBVs..... | 43 |
| •Mandelentzündung..... | 43 |
| •Chronische Müdigkeit und Erschöpfung..... | 45 |
| •Co-Infektionen..... | 47 |
| •Milzvergrößerung und Milzriss..... | 47 |
| •Erschwerte Atmung..... | 48 |
| •Herzmuskel- und Herzbeutelentzündung..... | 48 |
| •Krankheiten des Zentralnervensystems..... | 50 |
| •Gehirnentzündung..... | 51 |
| •Lyell-Syndrom..... | 52 |
| •Erkrankung der Skelettmuskulatur (Myositis)..... | 52 |
| •Chronische EBV-Infektion..... | 53 |
| •Guillain-Barré-Syndrom..... | 53 |
| •Die möglichen Folgen und Komplikationen im Überblick..... | 53 |
| Reaktivierung des EBVs..... | 55 |
| Die Schwierigkeit einer zuverlässigen Diagnose einer EBV-Reaktivierung..... | 57 |
| Was begünstigt eine Virusinfektion?..... | 58 |
| •Was schwächt das Immunsystem?..... | 59 |
| •Die immunschwächenden Faktoren im Überblick..... | 59 |
| •Vitamin- und Mineralstoffmangel..... | 59 |

| | |
|---|----|
| •Schlafstörungen..... | 60 |
| •Stress..... | 62 |
| •Medikamente..... | 63 |
| •Cortison..... | 64 |
| •Übermäßiger Sport..... | 65 |
| •Keimfreie Umgebung..... | 65 |
| •Entzündungen..... | 66 |
| •Rauchen..... | 66 |
| •Übergewicht..... | 67 |
| •Ernährung..... | 67 |
| ◦Zucker..... | 67 |
| ◦Kaffee..... | 68 |
| ◦Ungesunde Fette..... | 68 |
| ◦Fertiggerichte und Fast Food..... | 69 |
| •Trockene Raumluft..... | 69 |
| •Weitere immunschwächende Faktoren..... | 70 |
| Co-Infektionen des EBVs..... | 71 |
| •Borreliose..... | 72 |
| •Babesiose..... | 73 |
| •Ehrlichiose..... | 74 |
| •Rickettsien..... | 75 |
| •Herpes..... | 75 |
| •Chlamydien..... | 78 |
| •Bornavirus..... | 80 |
| •Candida..... | 80 |
| Schulmedizinische Therapiemöglichkeiten..... | 83 |
| Schulmedizinische Behandlung einer chronischen EBV-Infektion... | 85 |
| Behandlung mit Methoden der Naturheilkunde..... | 86 |
| •Schüsslersalze..... | 87 |
| •Magnetfeldtherapie..... | 87 |
| •Behandlungsmöglichkeiten der Homöopathie..... | 89 |
| ◦Belladonna..... | 89 |
| ◦Thymus..... | 90 |
| ◦Kali muriaticum..... | 90 |
| ◦Engystol®..... | 90 |
| ◦Ferrum phosphoricum..... | 90 |
| ◦Meteoreisen..... | 90 |
| ◦Kalium chloratum..... | 91 |
| ◦Phytolacca..... | 91 |
| ◦Phosphor..... | 91 |
| ◦Eleutherococcus (Taigawurzel)..... | 91 |
| ◦Weitere Homöopathika..... | 91 |
| ◦Kombination Homöopathie und TCM..... | 92 |

| | |
|--|-----|
| oGut zu wissen..... | 92 |
| Behandlungsmöglichkeiten mit pflanzlichen Präparaten..... | 93 |
| •Aloe Vera..... | 95 |
| •Echinacea..... | 95 |
| •Taigawurzel..... | 95 |
| •Wasserlinsenelexier..... | 95 |
| •Weitere immunstimulierende Heilpflanzen..... | 96 |
| Orthomolekulare Therapiemöglichkeiten..... | 96 |
| •Beta Glucan..... | 98 |
| •Enzyme..... | 99 |
| •Vitamin C..... | 100 |
| •Vitamin D3..... | 102 |
| •Vitamin B..... | 105 |
| •Selen..... | 106 |
| •Zink..... | 107 |
| Das Immunsystem stärken..... | 109 |
| •Verbesserung der Schlafqualität..... | 110 |
| •Eigenbluttherapie..... | 112 |
| •Stress reduzieren..... | 113 |
| •Hyperthermie..... | 113 |
| •Ernährung..... | 114 |
| •Mykotherapie..... | 115 |
| •Sportliche Aktivitäten..... | 116 |
| •Fasten..... | 116 |
| Entspannungsverfahren..... | 118 |
| •Phantasiereisen..... | 119 |
| •Muskelrelaxation nach Jacobson..... | 120 |
| •Autogenes Training..... | 122 |
| •Qi Gong..... | 123 |
| •Meditation..... | 124 |
| •Nach einer Entspannungsübung..... | 125 |
| Krebskrank durch das Epstein-Barr-Virus?..... | 126 |
| •Burkitt-Lymphom..... | 128 |
| •Hodgkin-Lymphom (Morbus Hodgkin)..... | 129 |
| •Nasen- und Rachentumore..... | 130 |
| Gibt es einen Zusammenhang zwischen Multiple Sklerose und einer EBV-Infektion?..... | 131 |
| Das Epstein-Barr-Virus bei Sportlern..... | 133 |
| Wie beschäftigt man Kinder mit Pfeifferschem Drüsenfieber? | 136 |
| Tipps für einen günstigen Krankheitsverlauf..... | 138 |
| Häufige Fragen..... | 140 |
| Fragen an den Arzt..... | 142 |
| Hinweise für den Leser..... | 144 |