

Inhaltsverzeichnis

Vorwort S.12

Was ist Polyneuropathie? Eine umfassende Erklärung S.12

Das periphere Nervensystem: Ein kurzer Überblick S.16

Wie funktioniert unser Nervensystem? S.16

Nervenstruktur und ihre Bedeutung S.18

Die Rolle des Nervensystems in der Wahrnehmung S.18

Was passiert bei Polyneuropathie? S.18

Ursachen und Formen der Polyneuropathie S.19

Diabetes als Ursache für Polyneuropathie S.21

Die diabetische Polyneuropathie S.25

Die verschiedenen Formen der diabetischen Polyneuropathie S.26

Distal symmetrische Polyneuropathie S.26

Die proximale diabetische Polyneuropathie S.27

Diabetische Mononeuropathie S.28

Autonome Neuropathie S.30

Fokale Polyneuropathie bei Diabetes S.31

Alkoholmissbrauch als Ursache einer Polyneuropathie S.33

Kann eine durch Alkohol verursachte Polyneuropathie geheilt werden? S.37

Entzündliche Polyneuropathie S.38

Vaskuläre Form S.39

Übergewicht und hoher Blutdruck als Ursachen S.41

Bestimmte Medikamente, einschließlich einiger Chemotherapeutika S.43

Was ist eine Optikusneuropathie? S.46

Bortezomib S.46

Wie Medikamente Polyneuropathie verursachen S.46

Wie Vitamin B12-Mangel Polyneuropathie verursacht S.48
Wenn die Nerven verrückt spielen S.50
Ursachen eines Vitamin-B12-Mangels S.50
Prävention und Behandlung S.51
Pellagra-Polyneuropathie S.52
Entzündungen (Borreliose, Lepra) S.52
Leber-, Nieren- und Lungenerkrankungen S.54
Hämatologische Erkrankungen S.57
Rheumatologische Erkrankungen S.59
Tumorerkrankungen S.62
Chemotherapie S.63
Covid 19 S.64
Covid 19 - Vakzine S.66
Genetisch bedingte Polyneuropathie S.67
Ursachenlose (idiopathische) Polyneuropathie S.68
(Urämische Polyneuropathie) S.69
Endokrin metabolische Polyneuropathie S.71
Polyneuropathie durch Mangelerkrankungen S.73
Diese Krankheiten können eine Rolle bei der Entstehung eines
Vitamin-B-Mangels spielen S.73
CIDP - Polyneuropathie als Autoimmunreaktion S.75
Was ist das Guillain-Barré-Syndrom? S.78
Porphyrie und Polyneuropathie S.81
Was ist der Häm-Stoffwechsel? S.82
Toxische Ursachen: Chemotherapie, Quecksilber, Blei u.m. S.83
COPD als Ursache einer Polyneuropathie S.85
Schwerkranken-Polyneuropathie S.87
Small-Fibre-Polyneuropathie S.89
Malabsorption S.90
Paraneoplastisches Syndrom S.91

Früherkennung und Symptomatik

Frühwarnsignale und Symptome der Polyneuropathie S.91

Schmerzen bei Polyneuropathie S.97

Übersichtstabelle zu Verschiedenen Formen der Polyneuropathie
und deren Auswirkungen auf den Körper S.99

Verlauf und Prognose S.100

Fallbeispiele aus der Praxis S.102

Fallbeispiel 1 S.102

Fallbeispiel 2 S.102

Fallbeispiel 3 S.102

Diagnose der Polyneuropathie S.105

Das Arztgespräch S.106

Untersuchungsverfahren S.107

Was ist eine Ataxie? S.109

Elektro-neurographie (ENG) S.111

Elektromyographie (EMG) S.111

Liquor-Untersuchung S.112

Nervenbiopsie - nicht immer notwendig S.114

Molekulargenetik S.115

Nervenfunktionstest S.116

Romberg-Test S.118

Autonome Polyneuropathie S.119

Wie wird der Test durchgeführt? S.119

Warum ist dieser Test wichtig? S.120

Blutuntersuchungen bei Polyneuropathie S.121

Bedeutung von Blutuntersuchungen S.121

Interpretation der Ergebnisse S.122

Gewebeproben bei der Diagnose von Polyneuropathie S.122

Differentialdiagnose S.124

Umfassende Diagnostik bei Polyneuropathie:

Vom Elektrophysiologischen Test bis zur Nervenbiopsie S.126

Verwechslungsgefahr S.128

Polyneuropathie oder Restless Legs? S.130

Begleit- und Folgeerkrankungen S.132

Ganzheitliche Therapie der Polyneuropathie S.134

Therapie in der Schulmedizin S.135

Therapie der Polyneuropathie mit immunologischer Ursache S.138

Intravenöse Immunglobuline (IVIG) S.139

Plasmapherese (Plasmaaustausch) S.141

Cortison S.143

Immunmodulatoren S.145

Azathioprin S.145

Methotrexat S.145

Cyclophosphamid S.146

Unterstützende Therapien S.147

Physiotherapie S.147

Ergotherapie S.147

Schmerzmanagement S.148

Neurologische Rehabilitation S.148

Beratung und psychosoziale Unterstützung S.148

Lebensstilmodifikationen S.148

Patientenschulung S.148

Spezialisierte Rehabilitationsprogramme S.149

Galileo-Vibrationstraining S.151

Pacing-Methode S.154

Ergotherapie S.157

Hochtontherapie bei diabetischer Polyneuropathie S.158

Medikamentöse Therapie S.163

Nebenwirkungen S.164

Neuropathische Schmerzen wirksam behandeln S.165

Duloxetine S.165

Opioide S.166

Cannabinoide S.168

Dronabinol (Marinol) S.169

Nabilon (Cesamet) S.169

Sativex (Nabiximols) S.170

Cannabidiol (Epidiolex) S.170

Cannabisblüten und -extrakte S.170

Transkutane Elektrische Nervenstimulation (TENS) S.170

Galvanische Bäder S.172

Psychotherapie S.173

Wie die Naturheilkunde helfen kann, die Polyneuropathie zu lindern S.175

Alpha-Liponsäure S.176

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) S.178

Chinesische Diagnostik S.178

Therapie in der TCM S.180

Akupunktur S.182

Akupressur S.185

Mykotherapie S.187

Hericium erinaceus S.188

Medizinalcannabis S.189

Bei welchen Indikationen ist der therapeutische Einsatz von Cannabis gesetzlich gestattet? S.190

Wie wird Cannabis verschrieben? S.164

Dronabinol S.192

So wenden Sie Cannabis-Blüten richtig an S.193

Bioverfügbarkeit und Wirkungs-dynamik S.195

Decarboxylierung von THC und CBD S.196

Kontraindikationen und Nebenwirkungen von THC S.197

Toleranzeffekt S.198
Nebenwirkungen S.198
Phytotherapie S.201
Mutterkraut S.201
Capsaicin S.202
Fußreflexzonenmassage als therapeutischer Ansatz S.203
Der Einsatz von Capsaicin-Salben S.203
Eisenhut S.204
Antioxidantien S.206
Zitterpappel, Weide, Esche, Echte Goldrute und Teufelskralle S.207
Osteopathie S.208
Cranio-Sacrale Therapie S.210
Bädertherapie S.211
Der Säure-Basen-Haushalt: Die fundamentale Basis für Ihre Gesundheit S.213
Chelat-Therapie S.215
Identifikation und Reduktion von Schadstoffquellen S.217
Detoxifikation des Organismus S.218
Ausgleich von Nährstoffmängeln S.218
Management chronischer Infektionen S.218
Welche Therapeuten Sie kennen sollten S.219

Wie Patienten den Behandlungserfolg unterstützen können S.221

Ernährung und Lebensstil S.221
Ernährungsmanagement bei Polyneuropathie S.222
Bedeutung von B-Vitaminen S.222
Lebensmittel mit hohem Vitamin-B-Gehalt S.223
Optimale Nahrungsauswahl für die neuronale Gesundheit S.224
Lebensmittel, die Sie vermeiden sollten S.226
Weitere Vitamine für die Nervengesundheit S.227
Bedeutung von Antioxidantien, Omega-3-Fettsäuren, Magnesium und Aminosäuren S.228

Auswirkungen von Übergewicht und physischer Inaktivität auf Polyneuropathie S.229

Intervallfasten und Gewichtsreduktion bei Polyneuropathie S.230

Intervallfasten und Diabetes S.232

Die Bedeutung von Sport und Bewegung bei

Polyneuropathie S.233

Übungen zur Stärkung der von Polyneuropathie betroffenen Bereiche S.236

Balance- und Koordinationsübungen S.236

Stärkungsübungen für Beine und Füße S.236

Flexibilitäts- und Dehnübungen S.237

Hand- und Fingerübungen S.237

Anpassung an individuelle Fähigkeiten S.237

Sensibilitätstraining S.238

Kraftübungen S.238

Hand- und Fingerübungen S.239

Zusätzliche Tipps S.239

Yoga und Tai-Chi zur Verbesserung von Gleichgewicht und Koordination bei Polyneuropathie S.240

Yoga: Flexibilität und innere Ruhe S.240

Tai-Chi: Fließende Bewegungen für Stabilität S.241

Integration in den Alltag S.241

Bewegungstherapie – Integration von körperlicher Aktivität in den Alltag bei Polyneuropathie S.243

Stressmanagement und Entspannungstechniken S.245

Progressive Muskelentspannung S.246

Meditation S.246

Atemübungen S.246

Auswirkungen von chronischem Stress S.247

Hobby und Freizeitgestaltung S.247

Warum eine gesunde Arzt-Patienten-Kommunikation
so wichtig ist S.249

Proaktive Vorbereitung auf Arzttermine S.249

Offene Kommunikation und Anpassung der Behandlung S.249

Der Einfluss von Alkohol und Rauchen auf Polyneuropathie S.250

Alkoholinduzierte Neurotoxizität S.250

Symptomatische Manifestationen S.250

Management und Prävention S.250

Tabakrauch und Nervenschädigung S.251

Rechtliche und soziale Herausforderungen S.252

Sammeln Sie Arztbriefe! S.252

Der Umgang mit Behörden, Gutachtern und der DRV S.253

Schwerbehinderung S.254

Selbsthilfegruppen S.256

15 Fragen zur Polyneuropathie: Was Betroffene wissen sollten
S.258

Prognose und Verlauf der Polyneuropathie S.260

Ätiologie und Entwicklung S.261

Symptomatik und Fortschritt S.261

Behandlungsansätze S.261

Langzeitprognose S.262

Wichtigkeit der Unterstützung S.262

Resilienz – Der Schlüssel zum erfolgreichen Umgang mit Polyneu-
ropathie S.263

Schlusswort und motivierender Ausblick S.264

Disclaimer S.267