

Inhalt

Vorwort	6
---------------	---

Kapitel 1: Was ist eine Gürtelrose? 8

Eigenschaften und Entstehung einer Gürtelrose	10
---	----

Erreger und Ausbruch der Erkrankung	15
---	----

Kapitel 2: Wenn unser Immunsystem versagt 20

Die Rolle des Immunsystems	22
----------------------------------	----

Stress als besonderer Auslöser zur Reaktivierung von Herpesviren	26
---	----

(Haupt-)Risikofaktoren	28
------------------------------	----

Kapitel 3: Ein Auslöser, verschiedene Krankheitsbilder 40

Die unterschiedlichen Gesichter der Gürtelrose	42
--	----

Folgeerkrankungen	59
-------------------------	----

Kapitel 4: Hilfe vom Spezialisten 70

Wann man eine Arztpraxis aufsuchen sollte 72

Therapien 74

Zoster-Impfung 86

Kapitel 5: Was Sie selbst tun können 90

Die Heilung unterstützen 92

Einer (Wieder-)Erkrankung vorbeugen 100

Schlusswort 145

Anhang 146

Quellen 148

Empfehlungen des Autors 150

Register 151

Dank 154

Über den Autor 157