

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