

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
Sarkoidose auf einen Blick	11
Entdeckung der Sarkoidose	12
Verbreitung der Sarkoidose	14
Was ist Sarkoidose?	15
Was sind Autoimmunerkrankungen?	19
Ursachen	23
• Ethnische Herkunft	23
• Genetische Disposition	24
• Immunsystem	26
• Schadstoffe	26
• Mikroorganismen	27
• Mykobakterien	28
• Borrelien	28
Risikofaktoren	30
Symptome	31
Häufige Symptome im Überblick	33
Betroffene Organe	34
• Augensarkoidose	35
• Hautsarkoidose	36
• Erythema nodosum (Knotenrose)	37
• Lupus Pernio	37
• Weitere Hautveränderungen	38
• Operation	39
• Heerfordt-Syndrom (Speicheldrüsen-Sarkoidose)	39
• Herzsarkoidose	39
• HNO-Bereich	41
• Kleinknotige Sarkoidose	42
• Knochensarkoidose, Gelenke und Muskelschwäche	42
• Kopfhaut	44
• Lebersarkoidose	44
• Lungensarkoidose	45
• Lymphknoten	46

• Milz	46
• Neurosarkoidose	47
• Nierensarkoidose	49
Komplikationen der Sarkoidose	50
• Augen	50
• Lungen	51
• Nervensystem	51
• Nierenversagen	51
• Herzerkrankungen	51
• Vitamin D-Dysregulation	52
• Schilddrüsenerkrankungen	52
• Zöliakie	53
Verlaufsformen	53
• Die akute Verlaufsform	54
• Die chronische Verlaufsform	56
Stadieneinteilung	59
Prognose	61
Der lange Weg bis zur Diagnose	62
Diagnostik	66
• Anamnese	69
• Röntgenuntersuchung	70
• Lungenspiegelung (Bronchoskopie)	71
• Biopsie	71
• Labortests	72
• Lungenfunktionstest	74
• Computertomographie	75
• Magnetresonanztomographie (MRT)	75
• Mediastinoskopie	76
Differenzialdiagnostik	77
Die Diagnose – und was jetzt?	78
Notwendige Verlaufskontrollen	79
Behandlung schulmedizinisch	81
• Cortison	84
• Immununterdrückende Medikamente	87

• Methotrexat	87
• Sonstige Medikamente	88
• Malaria-Medikamente	89
• Operation	89
• TNF-alpha-Hemmer	90
Cortison unter der Lupe	90
• Osteoporose	93
Tipps zum besseren Umgang mit Cortison	94
Der Candida-Hefepilz	95
Behandlung naturheilkundlich	97
• Homöopathie	99
• Anthroposophische Medizin	100
• Heilstollentherapie	103
• Radontherapie	104
• Akupunktur	106
• Hildegard von Bingen	107
Rehabilitation	107
Sarkoidose und Ernährung	109
Nahrungsmittelintoleranzen	115
Leben mit Sarkoidose	118
Müdigkeit und Erschöpfung	122
• Sauerstoff	123
• Atmung	124
• Raumklima	125
• Medikamentennebenwirkungen	125
• Candida-Hefepilz	126
• Nahrungsmittelintoleranzen	126
• Weitere Maßnahmen zur Bekämpfung der Müdigkeit	126
Schlafstörungen – eine Begleiterscheinung bei Sarkoidose	127
Rauchen bei Sarkoidose	131
Depression und mentale Gesundheit	132
Sport und Bewegung bei Sarkoidose	134
Sarkoidose und Schwangerschaft	137
Selbsthilfegruppen – eine oft unterschätzte großartige Hilfe	142

Tipps für den Alltag	144
Welcher Arzt?	145
Vorbereitung für Ihren Arzttermin	147
Häufige Fragen	153
Forschung	157
Adressen	159
Selbsthilfegruppen	159
Kliniken	163
Zur Autorin	166
Hinweise für den Leser, Bildnachweise	167