

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
	Literatur	3
 I Das Krankheitsbild und der Weg zur Diagnose		
2	Was versteht man unter Polyneuropathie?	7
2.1	Unser Nervensystem: Anatomie und Physiologie	8
2.1.1	Länge des Nervs	8
2.1.2	Dicke des Nervs	10
2.1.3	Struktur des Nervs	10
2.2	Arten der Polyneuropathie	13
2.2.1	Einteilung nach Symptomen	15
2.2.2	Einteilung nach dem Ort/der Verteilung der Schmerzen	18
2.2.3	Einteilung nach dem betroffenen Teil des Nervs	18
2.3	Möglicher Verlauf	19
2.4	Begleit- bzw. Folgeerkrankungen	19
	Literatur	20
3	Ursachen und Risikofaktoren	21
3.1	Risikogruppen	24
3.2	Diabetische Polyneuropathie	24
3.2.1	Besonderheiten der diabetischen Polyneuropathie	25
3.2.2	Formen der diabetischen Polyneuropathie	25
3.3	Alkoholische Polyneuropathie	31
3.4	Polyneuropathie nach Chemotherapie	33
3.5	Polyneuropathie durch Medikamenteneinnahme	35
3.6	Vererbte Polyneuropathien	37
3.6.1	Auffallende Symptome	38
3.6.2	Variante ohne Polyneuropathie-Symptome	41
3.7	Ursachenlose (idiopathische) Polyneuropathie	42
3.8	Polyneuropathien bei Allgemeinerkrankungen	42
3.9	Neuroborreliose-Polyneuropathie	45
3.10	Critical Illness Polyneuropathy (Schwerkranken-Polyneuropathie) . . .	46
3.11	Small-fibre-Polyneuropathy (Polyneuropathie der dünnen Nervenfasern)	47
3.12	Polyneuropathie durch Mangelkrankungen	48
3.13	Polyneuropathie als Autoimmunreaktion	50
3.14	Polyneuropathie als Folge bösartiger Tumorerkrankungen	52
	Literatur	53

4	Hellhörig werden: Frühwarnsignale und Symptome	55
4.1	Wie Patienten die Symptome selbst schildern	56
4.2	Wie sich die Beschwerden noch äußern können	58
5	Der Polyneuropathie auf der Spur	65
5.1	Selbstbeobachtung und Arztgespräch	66
5.2	Nervenfunktionstests	69
5.3	Test des Gleichgewichtssinns	70
5.3.1	Romberg Test	70
5.3.2	Tandem-Stand	70
5.4	Test auf autonome Polyneuropathie	72
5.5	Messung der Nervenleitgeschwindigkeit und der Muskelfunktion	72
5.6	Blutuntersuchungen	75
5.7	Entnahme von Gewebeproben	76
5.8	Sonstige Zusatzuntersuchungen	77
6	Achtung: Verwechslungsgefahr!	79
6.1	Andere Formen der Neuropathie – Mononeuropathien	80
6.1.1	Eingeschlafene Hände – Das Karpaltunnelsyndrom	81
6.1.2	Rastlose kribbelnde Beine: das Restless-Legs-Syndrom	84
6.1.3	Blitz im Gehirn – Die Trigeminusneuralgie	86
6.1.4	Schwäche in den Fingern – Verletzungen des Ellenervs (Nervus ulnaris)	89
6.1.5	Lähmung/Schwäche des Wadenervs (Nervus peroneus)	90
6.2	Andere Krankheiten mit ähnlichen Symptomen	91
6.2.1	Wirbelsäulenerkrankungen	91
6.2.2	«Schaufenster-Krankheit»: periphere arterielle Verschlusskrankheit	94
6.2.3	Wadenkrämpfe	98
	Literatur	99

II Therapie und praktische Empfehlungen

7	Polyneuropathie mit Erfolg behandeln	103
7.1	Auslöser vermeiden – Was der Patient selbst tun kann	104
7.1.1	Diabetes mellitus II keine Chance geben	104
7.1.2	Alkohol mit Augenmaß konsumieren	106
7.1.3	Vorbeugen, wenn bestimmte Medikamente eingenommen werden müssen	108
7.2	Therapien zur Ursachenbehebung	109
7.2.1	Medikamentöse Therapien:	109
7.2.2	Hochtontherapie	110
7.3	Therapien zur Symptomlinderung	113
7.3.1	Grunderkrankungen in den Griff bekommen	113
7.3.2	Medikamentöse Therapien	115
7.3.3	Nahrungsergänzungsmittel	119
7.3.4	Physikalisch-medizinische Behandlungen	122

7.3.5	Physiotherapie	123
7.3.6	Sporttherapie	124
7.3.7	Ergotherapie	126
7.3.8	Psychotherapie	126
7.4	Fächerübergreifende Therapien	126
7.5	Behandlung: immer als individuell geschnürtes Paket	129
	Literatur	130
8	Wie können Sie als Patient den Behandlungserfolg unterstützen?	131
8.1	Geduld aufbringen	132
8.2	Ratschläge richtig werten	134
8.3	So gesund wie möglich ernähren	134
8.4	So viel wie möglich bewegen	135
8.5	Nicht aufgeben – Zuversicht versetzt Berge!	137
8.6	Selbsthilfegruppen	138
	Literatur	139
9	Wissenswertes zur neurologischen Rehabilitation	141
9.1	Wann ist ein Reha-Aufenthalt angesagt?	142
9.2	Wie lange soll/muss eine Reha dauern?	142
9.3	Was geschieht im Rahmen einer Polyneuropathie-Reha und was bewirkt sie?	144
9.4	Reha-Zentren für neurologische Erkrankungen in Österreich	147
9.5	Reha-Zentren für neurologische Erkrankungen in Deutschland	150
9.6	Neurologische Reha-Einrichtungen in der Schweiz	155
10	FAQs – Antworten auf 15 wichtige Patientenanliegen	157