

Inhaltsverzeichnis

Seite

- 7 Vorwort
- 10 Was ist eine Polyneuropathie (PNP)?
- 13 Symptome
 - 15 Schmerzen
 - 16 Missemmpfindungen
 - 16 Schlafstörungen
 - 19 Müdigkeit und Erschöpfung
 - 20 Depressionen
 - 22 Die bekanntesten Symptome von A - Z
- 24 Der Krankheitsverlauf – wie ihn Betroffene und Angehörige erleben
- 29 Formen und Ursachen der Polyneuropathie
 - 30 Polyneuropathie durch Alkohol
 - 33 Diabetische Polyneuropathie
 - 36 *Periphere Polyneuropathie*
 - 37 *Autonome Polyneuropathie*
 - 37 *Proximale Polyneuropathie*
 - 37 *Fokale Polyneuropathie*
 - 38 Entzündliche Form
 - 38 Die vaskulär bedingte Form
 - 39 Polyneuropathie durch Vitaminmangel
 - 40 Polyneuropathie durch Gehirnhautentzündung
 - 40 Polyneuropathie durch Infektionen
 - 43 Das Guillain-Barré-Syndrom
 - 45 Endokrin-metabolisch-bedingte Polyneuropathie
 - 45 Urämische Polyneuropathie
 - 46 Polyneuropathie durch Porphyrie
 - 47 Polyneuropathie durch Lebererkrankungen
 - 47 Polyneuropathie durch Sarkoidose
 - 48 Polyneuropathie durch MGUS
 - 49 Genetisch bedingte Polyneuropathie
 - 50 Autonome Polyneuropathie
 - 51 Toxische Polyneuropathie
 - 56 *Quecksilber aus Amalgam*
 - 58 *Bleivergiftung*
 - 61 *Thalliumvergiftung*
 - 61 *Acrylamid*
 - 63 *Lösungsmittel*
 - 64 *Medikamenten-induzierte Polyneuropathie*
 - 66 *Polyneuropathie durch Chemotherapie*

- 68 Polyneuropathie durch Corona-Erkrankung
- 71 Polyneuropathie nach Corona-Impfung

74 Diagnose

79 Differentialdiagnostik

- 80 Krampfadern
- 80 Arterielle Durchblutungsstörungen
- 81 Multiple Sklerose
- 81 Funikuläre Myelose
- 81 Bandscheibenvorfall und Veränderungen der Wirbelsäule
- 82 Nächtliche Wadenkrämpfe

- 83 Polyneuropathie oder Restless Legs?

86 Schulmedizinische Therapiemöglichkeiten

- 89 Cortison bei immunvermittelten Neuropathien

- 91 Rehabilitation bei der Polyneuropathie

- 92 Physiotherapie
- 95 Ergotherapie
- 95 Logopädische Therapie

96 Schmerzbewältigung

- 96 Entzündungshemmende Medikamente
- 97 Milde Opiate
- 98 Starke Opiate
- 99 Begleitende Medikamente
- 101 Transkutane Elektrische Nervenstimulation (TENS)
- 102 Hochtontherapie
- 103 Naturheilkunde
- 104 Fazit

105 Therapiemöglichkeiten der Naturheilkunde

- 107 Heilstollentherapie
- 108 Radontherapie
- 109 Homöopathie
- 111 Phytotherapie
- 112 Neuraltherapie
- 113 Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)
- 113 Akupunktur
- 114 Akupressur
- 115 Apherese (Plasmapherese)
- 116 Osteopathie
- 117 Cranio-Sacrale-Therapie

- 117 Balneo-Therapie
- 118 Infrarotwärme
- 120 Der Säure-Basenhaushalt als Basis für die Gesundheit
- 123 Orthomolekulare Therapie
 - 125 B-Vitamine
 - 128 Alpha-Liponsäure (Thioctsäure)
- 129 Mykotherapie
- 130 MSM (Methylsulfonylmethan)
- 131 MSM und Schmerzen
- 132 Ist MSM sicher?
- 132 Cannabinoidol (CBD)
- 133 Produktqualität
- 134 Anwendung
- 135 CBD in der Forschung
- 135 Ist CBD sicher?

137 Behandlung aus umweltmedizinischer Sicht

139 Welche Therapeuten sind zu konsultieren?

- 140 Hausarzt
- 140 Neurologe
- 140 Physiotherapeut
- 140 Ergotherapeut
- 141 Ernährungsberater
- 141 Logopäde
- 141 Schmerztherapeut
- 141 Umweltmediziner
- 141 Heilpraktiker
- 142 Wie findet man einen passenden Therapeuten?

142 Vorbereitung für Ihren Arzttermin

- 144 Wichtige Tipps für Ihren Arzttermin im Überblick
- 145 Fragen, die für die Diagnostik und Therapie wichtig sein können
- 146 Fragen des Arztes

148 Sport und Bewegung bei Polyneuropathie

- 148 Positiver Effekt auf vielen Ebenen
- 148 Kein falscher Ehrgeiz
- 150 Welche Sportarten?
- 151 Walken und Spazierengehen
- 152 Radfahren
- 153 Krafttraining
- 153 Training zuhause
- 154 Schwimmen

156 Übungen zum Nachmachen

- 156 Finger und Hände
- 157 Arme und Schultern
- 158 Füße und Beine
- 160 Arme und Beine
- 161 Ganzer Körper

- 163 Mit Ernährung den Krankheitsverlauf beeinflussen
- 164 Was Sie selbst tun können
- 168 Folgen und Prognose der Polyneuropathie
- 170 Prävention der Polyneuropathie
- 172 Selbsthilfegruppen – eine oft unterschätzte großartige Hilfe
- 174 Angst vor der Zukunft
- 176 Immer wieder Rückschläge, und immer wieder aufstehen
- 178 Autofahren – ist das noch möglich und auf was ist zu achten?

180 Sicherheitsaspekte und Sturzprophylaxe

- 182 Badezimmer
- 183 Küche
- 183 In der Wohnung oder im Haus
- 184 Elektrokabel
- 184 Fußboden
- 185 Haushaltstätigkeiten
- 185 Treppen
- 185 Fenster und Glastüren
- 185 Kopf- und Hüftschutz
- 186 Alarmanlage

- 187 Der Kampf um die Rente
- 192 Pflegefall – was nun?
- 195 Schwerbehinderung und Behindertenparkplatz
- 199 Häufige Fragen
- 201 Adressen nach Postleitzahlen
- 206 Zur Autorin
- 207 Hinweise für den Leser