

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
1 Allgemeines	9
1.1 Hintergründe	9
1.2 Geschichte	9
1.3 Schmerzerfahrung und Schmerzerleben	10
1.4 Pathophysiologie des Schmerzes	11
1.4.1 Schmerzursachen und -formen	11
1.4.2 Schmerzmediatoren	12
1.4.3 Schmerzskalen (VAS) und Schmerztagebuch	12
1.4.4 Vorlagen	13
1.5 Muskelapparat	15
1.5.1 Anatomie des Skelettmuskels	15
1.5.2 Wichtige Skelettmuskelbereiche	18
1.5.3 Muskelaufbau	18
1.5.4 Neuromuskuläre Erregungsübertragung und Muskelkontraktion	18
1.5.5 Muskelschmerzen	20
2 Fibromyalgie-Syndrom	26
2.1 Allgemeines	26
2.2 Häufigkeit und Ausbreitung	26
2.3 Psychisch bedingte muskuläre Dysbalance als Ausgangspunkt?	27
2.4 Ursachen	29
2.4.1 Physisches Trauma	29
2.4.2 Posttraumatisches Belastungssyndrom (PTBS)	29
2.4.3 Fehlhaltung und Überbelastung	30
2.4.4 Störungen des Darmmilieus	31
2.4.5 Schmerzerleben als Schlüssel	33
2.5 Symptomatik	34
2.5.1 Triggerpunkte (Myogelosen) und Tenderpoints	36
2.5.2 Schmerzen	38
2.5.3 Schlaf- und psychisch vegetative Störungen	39
2.5.4 Schleimhautreizung	40
2.5.5 Mögliche Persönlichkeitsstruktur	40
2.6 Labor- und Bilddiagnostik	42
2.6.1 Neurotransmitter	43
2.6.2 Mikronährstoffe	43
2.6.3 Säure-Basen-Regulation	43
2.6.4 Kortisol	46
2.6.5 Weitere auffällige Laborwerte	47
2.6.6 Ausschlussparameter	47
2.7 Therapie	47
2.7.1 Medikamentöse Behandlung	47
2.7.2 Physiotherapie	50

2.7.3	Physikalische Maßnahmen	51
2.7.4	Bewegungstherapie	53
2.7.5	Psychotherapie	54
2.7.6	Säure-Basen-Regulation	54
2.7.7	Entgiftung und Ausleitung	59
2.7.8	Darmsanierung	60
2.7.9	Mikronährstoffe und Ernährung	64
2.7.10	Ganzheitlicher Therapievorschlagn	68
2.8	Exkurs: S3-Leitlinie Fibromyalgie	71
2.8.1	Gibt es ein Fibromyalgie-Syndrom?	72
2.8.2	Symptome der Fibromyalgie	72
2.8.3	Ursachen und Krankheitsmechanismen der Fibromyalgie	72
2.8.4	Verlauf und Prognose	73
2.8.5	Diagnose	73
2.8.6	Grundlagen der Fibromyalgie-Behandlung	73
2.8.7	Psychologische und bewegungstherapeutische Verfahren	74
2.8.8	Medikamente	75
2.8.9	Ergänzende Maßnahmen	75
2.8.10	Nicht empfohlene Therapien (laut Leitlinie)	75
3	Borreliose	77
3.1	Allgemeines	77
3.2	Übertragung	77
3.2.1	Der gemeine Holzbock (Ixodes ricinus)	77
3.2.2	Zeckenstich oder Zeckenbiss?	78
3.2.3	Erreger	79
3.3	Symptomatik	81
3.3.1	Frühstadium (Stadium I, Erkrankungsphase I)	81
3.3.2	Stadium II	83
3.3.3	Stadium III	83
3.3.4	PLDS, Spätborreliose (Stadium IV)	83
3.4	Diagnose	85
3.4.1	Anamnese	86
3.4.2	Direkter Erregernachweis mit dem PCR-Test	87
3.4.3	T-cellspt Borrelien	87
3.4.4	Serodiagnostik in verschiedenen Stadien der Borreliose	88
3.4.5	Lymphozytentransformationstest (LTT)	89
3.5	Vorbeugende Maßnahmen	89
3.5.1	Entfernung von Zecken	89
3.5.2	Repellents (Zecken-Abwehrmittel)	90
3.5.3	Homöopathische Nachsorgetherapie nach Zeckenstich	90
3.6	Therapie	91
3.6.1	Konservative antibiotische Behandlung	91
3.6.2	Entgiftungs- und Ausleitungstherapie bei PLDS	94
3.6.3	Ganzheitlicher Therapievorschlagn bei Spätborreliose (PLDS)	97

4	Restless-legs-Syndrom	100
4.1	Allgemeines	100
4.2	Pathophysiologie	100
4.2.1	Risikofaktoren Genetik und Schwangerschaft.	101
4.3	Symptomatik	102
4.4	Diagnose	102
4.4.1	Anamnese	102
4.4.2	Differenzialdiagnose	103
4.4.3	Elektromyografie, Elektroneurografie	103
4.4.4	Laboruntersuchungen	103
4.4.5	Polysomnografie	104
4.4.6	Aktigrafie, Aktimetrie und Immobilisationstests	104
4.4.7	L-Dopa-Test	105
4.5	Therapie	105
4.5.1	Konventionelle Therapien	105
4.5.2	Physikalische Therapie	110
4.5.3	Neuraltherapie.	110
4.5.4	Ganzheitlicher Therapieverschlagn	111
5	Polyneuropathie	115
5.1	Allgemeines	115
5.2	Symptomatik	115
5.3	Ursachen	117
5.4	Diagnostik	117
5.4.1	Elektroneurografie	117
5.4.2	Elektromyografie	117
5.5	Therapie	118
5.5.1	Synthetische Therapieoptionen	118
5.5.2	Mikronährstoffe	118
5.5.3	Ohrakupunktur	121
5.5.4	Injektionsakupunktur.	121
5.5.5	Neuraltherapie.	122
5.5.6	Elektro- und Ultraschalltherapie.	122
5.5.7	Ganzheitlicher Therapieverschlagn	122
	Weiterführende Adressen	125
	Literatur	126
	Abbildungsnachweis	129
	Sachverzeichnis	130