

Wie Ameisen im Bein

Brennen, Kribbeln und Schmerzen in den Gehwerkzeugen sind die ersten Anzeichen dieses Nervenleidens. Betroffen sind vorwiegend Langzeit-Diabetiker und Nierenkranke.



Polyneuropathie

Von Dr. Eva Greit-Schähs

Eine Million Österreicher kämpfen mit dem Nervenleiden Polyneuropathie. Die Dunkelziffer dürfte sogar noch höher sein, denn oftmals werden ihre Probleme nicht ernst genommen. Was die Nervenzellen so kompliziert macht:

500 verschiedene Ursachen können dafür verantwortlich zeichnen.

„Polyneuropathie hat viele Gesichter, dementsprechend unterschiedlich sind die Beschwerden“, erklärt Prim. Univ. Prof. Dr. Udo Zifko, Vorstand der Neurologischen Abteilung Evangelisches Krankenhaus Wien. „Es gibt allerdings zwei Hauptprobleme: einerseits verspüren Patienten Bamsigkeit der Beine, ‚Ameisenkrabbeln‘, Kribbeln und Schmerzen in den Gehwerkzeugen. Andererseits fühlen sich Betroffene fortlaufend unsicherer auf den Beinen, sie wirken manchmal wie Betrunkene. Es kommt in Folge mitunter zu Lähmungserscheinungen in den



Diabetes gut einstellen, um Nervenprobleme zu verhindern!



Dank an die 60 plus!

hält sich hartnäckig. Davon können Fall Senioren ein! Immer wieder liest man nämlich, schon ab 60 Jahren mannter „Kostenfaktor“ heißen: Ältere geben nicht mehr aus wie jüngere. en eine Pension und er von der öffentl... wie viele meinen. sen wird, dass die en Jahrzehnte lang sionskassen einge... Vergessen wird, Ältere gern länger würden, aber nicht iten dürfen.

egen „Kostenfaktor“ immer noch aktuel... m Auftrag des Öster... n Seniorenbundes erstaunlichen Ergeb... e Ehre der Senioren: chen über 60 sind ein „K...“ – aber in ei... positiven Sinn! Denn en sehr viel Geld und Zeit auf, um ihren nd Enkelkindern un... ne zu greifen – sage weibe mehr als drei € geben die über en ihren Kindern und und damit indirekt schen Wirtschaft.

zent der älteren Ge... in unserem Land un... ihren Nachwuchs mit Geld als auch mit schließlich auch ei... men Wert hat). Eine tung, die man eigent... t genug würdigen e Österreicher können z sein auf Mitbürger, 60. Lebensjahr über... haben. Danke!

sec@seniorenbund.at

DER MENSCH: Zahlen, Daten, Fakten



Mag. Katharina Lhotsky

GENERVT

diese Weise nehmen wir unsere Umwelt wahr.

Das periphere Nervensystem umfasst jene Nerven, die von Gehirn und Rückenmark ausgehen. Sie bilden das Nervenplexus für den ganzen restlichen Körper mit einer Gesamtlänge von fast 800.000 Kilometern! Das entspricht der Strecke von der Erde zum Mond und zurück.

Das vegetative Nervensystem steuert lebenswichtige Grundfunktionen wie Atmung, Verdauung, Stoffwechsel und Wasserhaushalt, arbeitet unabhängig –

es lässt sich nicht von unserem Willen beeinflussen. Ein kleiner Test dazu: Wenn Sie den Bizepsmuskel anspannen wollen, wird das leicht gelingen. Nun versuchen Sie aber, Ihre Bronchien oder die Blutgefäße im Darm mit der Kraft Ihres Willens zu erweitern. Sie werden scheitern, weil diese Aufgabe das unbewusste Nervensystem automatisch rund um die Uhr für Sie übernimmt.

Jeder Nerv setzt sich aus Tausenden von Nervenzellen (Neuronen) zusammen. Diese bestehen aus einem



Gliedmaßen. Das Leiden kann akut oder schleichend auftreten.“

Häufige „Opfer“ sind Diabetiker und Nierenkranke, aber auch Gifte und Alkohol sowie starke Medikamente (z. B. Chemotherapie) können die Nerven nachhaltig schädigen und unerträgliche Schmerzen verursachen. Der Weg zur richtigen Diagnose ist oft lang, viele Menschen werden etwa zum Orthopäden geschickt, da zum Beispiel Wirbelsäulenschäden ähnliche Symptome verursachen. Ebenso Durchblutungsstörungen.

Bei eingangs beschriebenen Problemen sollte aber der Neurologe Ansprechpartner sein. „Bis zu 85 Prozent der Patienten erkennen wir nach einer genauen neurologischen Kontrolle, bei der auch die Nervenleitfähigkeit bestimmt wird. Außerdem hilft ein Bluttest dabei, die Diagnose zu untermauern und andere Krankheiten auszuschließen“, erklärt Prim. Prof. Zifko.

Menschen mit Nervenschmer-

zen bleiben dennoch meist unterversorgt, wie eine neue Studie unter Patienten, die eine ärztliche Zweitmeinung einholten, aufzeigte: Jeder Dritte erhielt keine ausreichende diagnostische Abklärung. Und wenn, war diese bei jedem fünften unvollständig oder falsch. Nur 70 Prozent der Probanden wurden Behandlungsmöglichkeiten angeboten. Gleichzeitig unterblieb oft die nötige Mengenanpassung der Nervenschmerz-Medikamente, wodurch zwei Drittel der Personen unterdosiert und somit ihren Beschwerden ausgeliefert blieben.

Vier von fünf Betroffenen erhielten weiters keine spezielle Physiotherapie oder Rehabilitation zur Verbesserung von Motorik und Gangbild. 65 Prozent der Befragten gaben an, den Satz: „Da kann man nichts machen!“ gehört zu haben. „Das ist umso bedauerlicher, bedenkt man, dass gerade bei Polyneuropathien eine große Auswahl individuell abstimmbarer Behandlungs-

möglichkeiten sowie auch einige neue, hochwirksame Medikamente zur Verfügung stehen“, so Prim. Zifko.

Um die Leidenswege zu verkürzen, fordern Experten jetzt dringend Leitfäden für Diagnosestellung

und Therapie. Außerdem bietet eine neu geschaffene Selbsthilfegruppe Unterstützung. Ihr Gründer Jörg Leiter will nun – nach langem eigenen Leidensweg – anderen Patienten Mut machen.



Fotos: Fotolia (3), Riedl-Hoffmann

Information: www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at



Fotos: Fotolia (4), Weinwurm

Zellkörper und einem langen Zellfortsatz, an dessen Ende sich unzählige winzige strauchartige Verästelungen befinden. Letztere stehen mit anderen Nerven- bzw. Sinneszellen in Verbindung. Nervenzellen sind somit für Aufnahme, Verarbeitung und Weiterleitung von Informationen (Erregungen, Impulse) geschaffen.

Wie bei einem Stromkabel rasen elektrische Impulse mit

einer Geschwindigkeit von etwa 350 km/h zum Gehirn, um Informationen aus den einzelnen Körperteilen weiterzugeben. Die Botschaft wird über kleinste Lücken zwischen zwei Nervenzellen (Synapsen) von Zelle zu Zelle transportiert. Das funktioniert mit Hilfe von chemischen Botenstoffen wie Serotonin, Dopamin oder Noradrenalin.

Entsteht durch Erkrankung Mangel an solchen Substanzen, zeigen sich typische Beschwerdebilder. So steht ein Defizit an Serotonin im Zusammenhang mit Depressionen und Panikattacken. Dopaminmangel

verursacht zum Beispiel die Symptome der Parkinson-Krankheit. In eine einzige Nervenzelle können gleichzeitig bis zu 200.000 Nachrichten einfließen.

Für ganz dringende Meldungen wird das Rückenmark direkt benützt. Bei einer heißen Herdplatte etwa reagieren die Armmuskeln noch bevor das Gehirn von der Gefahr erfährt. Die Finger ziehen sich reflexartig zurück. Ein Reflex ist eine Reaktion, über die wir keine Kontrolle haben. Auch Niesen, Husten und natürlich das Atmen sind Reflexhandlungen.

Noch ein paar Zahlenspiele:

Auf jedem cm² Haut sitzen Nervenzellen mit einer Gesamtlänge von 4 Metern. Unser Gehirn besteht aus einer Billion Synapsen und 100 Milliarden Nervenzellen. Mehr hat auch der Chinese Gon Yangling nicht – dennoch ist er in der Lage, 15.000 Telefonnummern fehlerfrei zu wiederholen.

Dominic O' Brian aus England kann nach einmaligem Ansehen 1.820 Karten in der richtigen Reihenfolge aufsagen.

Kinder- & Familienmarketing www.passtd.at