



## DAS RÄT DER NEUROLOGE

In Kooperation mit dem  
Evangelischen Krankenhaus Wien

# Was hilft gegen Nervenschmerzen?

Ich (59) bin Diabetiker und habe seit Jahren immer öfter Schmerzen in den Beinen, so dass mir das Gehen manchmal schwerfällt. Nun wurde endlich Polyneuropathie festgestellt. Was kann man dagegen wirksam tun?

Bei einer schleichenden Nervenschädigung durch zu hohen Blutzucker muss zualererst an dieser Ursache angesetzt werden. Als Diabetiker sollten Sie penibel auf regelmäßige Kontrolle Ihrer Blutzuckerwerte und auf eine optimale medikamentöse Einstellung achten. Zusätzlich ist der Nervstoffwechsel bestmöglich zu unterstützen. Dafür gibt es bereits gute Nahrungsergänzungsmittel mit B-Vitaminen, Aminosäu-

ren, Antioxidantien und pflanzlichen, gefäßerweiternden Substanzen, welche die Nervenregeneration begünstigen können. Ein-

ge Patienten profitieren von Medikamenten, die sonst auch bei Epilepsie angewendet werden.

Zur Schmerzlinderung haben sich bei manchen Betroffenen etwa auch Chili-Pflaster mit Capsaicin, das eine Verödung der überempfindlichen Nervenenden bewirkt, oder eine moderne Form der durchblutungsfördernden Hochtou-Therapie bewährt. Wichtig ist, dass das Behandlungskonzept von einem erfahrenen Neurologen

individuell auf Sie abgestimmt wird.

In Ihrem Fall wäre ebenfalls eine intensive Physiotherapie wichtig – speziell für das Gangtraining sowie zur Verbesserung von Gleichgewicht und Koordination.

Nerven können nachwachsen und sich regenerieren. Allerdings ist Geduld angesagt, denn selbst bei guten Bedingungen kann sich ein Nerv pro Tag nur um ca. 1 mm erholen.

Foto: EKH-Wien/C. Richter



**Exakte Diagnose ist entscheidend für die richtige Therapie**

Prim. Univ.-Doz. Dr. Udo Zifko,  
Facharzt für Neurologie  
und Psychiatrie,  
Vorstand der Neurologischen  
Abteilung am Evangelischen  
Krankenhaus-Wien  
[www.ekhwien.at](http://www.ekhwien.at), [www.zifko.at](http://www.zifko.at)