



# KRAN

ALLES ÜBER **POLYNEU**  
UND **NEUE** BEHANDLUNG  
MÖGLICHKEITEN

## Was ist Polyneuropathie?

**P**olyneuropathie ist eine Erkrankung der peripheren Nerven, also jener, die außerhalb des Gehirns und Rückenmarks verlaufen. Die Erkrankung führt zu vielen verschiedenen Beschwerden und hat viele verschiedene Ursachen.

Foto: © PhotoAlto

**Mehr als eine Dreiviertelmillion Österreicher leidet an Polyneuropathie, einer Krankheit der Nerven.** Die Palette der Beschwerden ist groß: Sie reicht von Gefühlsstörungen wie einem Kribbeln über schwer beherrschbare Schmerzen bis hin zu ausgeprägten Lähmungserscheinungen, die unter anderem zu Gehbehinderungen führen. Experten informieren über Ursachen der weitgehend unbekanntem Krankheit und neue Möglichkeiten der Behandlung, die Hoffnung geben.

VON MAG. SABINE STEHRER

# KE

## OPATHIE –

### GS-

# NERVEN

„Polyneuropathie, was ist das?“, werden Betroffene meistens gefragt, wenn sie erzählen, was sie haben. Denn die Krankheit der peripheren Nerven, an der aktuell jeder zehnte Österreicher leidet, also mehr als eine Dreiviertelmillion, ist weitgehend unbekannt. Bedauerlich ist aber vor allem eines, so Prim. Univ. Doz. Dr. Udo Zifko, Vorstand der Neurologischen Abteilung am Evangelischen Krankenhaus in Wien: „Auch unter den Polyneuropathie-Patienten ist die Unwissenheit über die Krankheit recht groß.“ So nehmen viele anfangs die Beschwerden nicht ernst, warten zu, bis sie einmal einen Arzt darauf ansprechen, und dann nehmen sie häufig nicht alle Möglichkeiten der Behandlung in Anspruch – oft im Zweifel, ob diese wirken. Oder sie wissen nicht, welche Möglichkeiten zur Verfügung stehen. Zifko: „Es gibt heute aber eine große Auswahl an Behandlungen und hochwirksamen Medikamenten, die auf den jeweiligen, individuellen Fall abgestimmt, sehr gut gegen Polyneuropathie helfen.“

### AM BESTEN: BEHANDLUNGSPAKETE, INDIVIDUELL GESCHNÜRT

Bewährt haben sich laut Zifko individuell geschnürte Behandlungspakete. Leidet ein Patient beispielsweise an polyneuropathischen Schmerzen und hat motorische Schwierigkeiten, tut sich also beim Gehen schwer, kann so ein Paket etwa aus Medikamenten bestehen, die sich gegen die Nervenschmerzen richten, wie zum Beispiel Antiepileptika oder Kortison, sowie aus gezielter Bewegung. „Bei einer speziellen Ergo- oder Physiotherapie, die eventuell während einer Neuro-Rehabilitation absolviert wird, werden Übungen erlernt, die die Motorik verbessern“, informiert Zifko darüber, was in solchen Fällen am besten ist. Der Erfolg

hält umso länger an, je konsequenter die Betroffenen nach einer Rehabilitation oder Therapie die Körperübungen fortführen. Viele Betroffene profitieren auch von physikalischen Therapien, wo elektrische, mechanische – beispielsweise in Form von Massagen – oder thermische Reize, etwa durch Kneipp-Güsse, gesetzt werden. In der Behandlung seiner Patienten hat Zifko außerdem gute Erfahrungen mit Nahrungsergänzungsmitteln gemacht: Hochdosierte Vitamine wie Vitamin B 12 und Folsäure sowie Ginseng tragen demnach zur Linderung der vielfältigen Polyneuropathie-Beschwerden bei.

### HÄUFIGE URSACHEN: DIABETES, ALKOHOL

Trotz der neuen Therapieoptionen gilt aber nach wie vor eines, so Prim. Univ. Prof. Dr. Wolfgang Grisold, Vorstand der Neurologischen Abteilung am Sozialmedizinischen Zentrum Süd in Wien: „Heilbar ist die große Mehrheit der Polyneuropathien nicht.“ Bei 30 Prozent der Fälle lässt sich auch nicht einmal eine Ursache feststellen. Bei den übrigen geht die Krankheit meist auf Diabetes Typ 2 oder toxische, giftige Substanzen, allen voran Alkohol bzw. Alkoholmissbrauch zurück. Seltener ist die Krankheit genetisch bedingt, ebenso selten ziehen Nierenerkrankungen, die Einnahme bestimmter Medikamente, Autoimmunerkrankungen, Infektionen und vieles andere mehr eine Polyneuropathie nach sich. Insgesamt wurden laut den Experten bisher rund 500 Ursachen für kranke Nerven beschrieben, die unangenehme bis quälende Empfindungen anders als gesunde Nerven nicht nur weiterleiten, sondern selbst der Auslöser dafür sind.



Prim. Univ. Doz.  
Dr. Udo Zifko



### TYPISCHE BESCHWERDEN: GEFÜHLSSTÖRUNGEN, SCHMERZEN

Vielfältig wie die Ursachen für Polyneuropathie sind auch die Beschwerden, die mit der Erkrankung einhergehen. „Am Beginn stehen typischerweise meist Gefühlsstörungen in den Füßen“, weiß Grisold. So fühlen sich die Füße „bamstig“ an oder kribbeln. Später machen sich oft ein Stechen, brennende Schmerzen oder solche, die sich wie Stromstöße anfühlen, sowie länger anhaltende, schwer beherrschbare Schmerzen bemerkbar. Auch können Lähmungserscheinungen auftreten, die unter anderem das Gehen erschweren, gefährlich machen und manchmal so ausgeprägt

sind, dass das Gehen unmöglich ist. Ähnliche Missempfindungen treten mitunter in Folge an den Armen und Händen auf, was zu vielen verschiedenen Einschränkungen im Alltag führen kann, wie der Unmöglichkeit, eine Flasche zu öffnen. Obendrein kann die Krankheit, wie Zifko weiß, „noch andere Störungen nach sich ziehen, wie zum Beispiel Schwindel, Hauterkrankungen, Atemprobleme, Erektionsstörungen beim Mann, Orgasmusstörungen bei der Frau, Schlafstörungen, Depressionen“. Hat die Nervenerkrankung derartige Begleiter, sollten freilich auch dagegen Behandlungen erfolgen – damit es dem Polyneuropathie-Patienten wieder besser geht. ■



Prim. Univ. Prof.  
Dr. Wolfgang Grisold



Fotos: © PhotoAlto

## Wie erfolgt die Diagnose?

Diagnostiziert wird die Erkrankung vom Neurologen durch

- ein Arzt-Patient-Gespräch,
- eine klinisch-neurologische Untersuchung,
- eine Elektroneurographie (ENG), die bei bestimmten Formen durch eine Elektromyographie (EMG) ergänzt wird.

Weitere, eventuell nötige Diagnoseschritte:

- Bildgebende Verfahren wie ein Ultraschallverfahren oder eine Magnetresonanztomografie (MRT),
- laborchemische Untersuchungen,
- genetische Testverfahren,
- sehr selten eine Nervenbiopsie

## Kann man einer Polyneuropathie vorbeugen?

**N**ur bedingt, etwa indem durch einen gesunden Lebensstil mit ausgewogener Ernährung der häufigen Ursache Diabetes Typ 2 vorgebeugt wird bzw. übermäßiger Alkoholkonsum, eine weitere verbreitete Ursache, vermieden wird.

## MEDIZIN populär

*Herr Leiter, Sie leiden seit 25 Jahren an Polyneuropathie und sagen, es geht Ihnen heute so gut wie schon lange nicht mehr. Wie kam es dazu?*

### Jörg Leiter

Wohl durch die Hilfe des Herrgotts! In meiner schlimmsten Phase bin ich ja schon im Rollstuhl gesessen, schließlich musste ich gefüttert werden, brauchte ei-

### *Hat dieser Erfolg angehalten?*

Etwa ein Jahr lang. Seit kurzem gehe ich wieder schlechter, aber eine weitere neurologische Rehabilitation ist bereits geplant. Darauf freue ich mich schon.

### *Haben Sie vor der schlimmen Phase nichts von der Polyneuropathie gespürt?*

Schon, ich hatte nach Wanderungen oft Schmerzen in den Füßen und auch Zuckungen, die sich teilweise wie Elektroschocks anfühlten, aber das alles habe ich sehr viele Jahre lang ignoriert. Erst als die

### *Vor einiger Zeit haben Sie den Verein Österreichische Selbsthilfe Polyneuropathie gegründet. Mit welchem Ziel?*

Um Menschen mit Polyneuropathie und ihren Angehörigen die Möglichkeit zu geben, sich gegenseitig zu helfen, sie aus der Isolation herauszuholen, in der sie sich oft befinden. Mein Ziel ist aber auch, mehr auf die Krankheit, die ja eher unbekannt ist, aufmerksam zu machen. Vielleicht trägt das dazu bei, dass mehr über Polyneuropathie geforscht wird und einmal ein Medikament hergestellt wird, mit



ne Dauersauerstofftherapie, war ein Pflegefall, der rund um die Uhr auf Betreuung angewiesen war. Aber voriges Jahr, 2015, nach ungefähr fünf Jahren in dieser schlimmen Phase, kam der 'Turnaround', das Wunder, wie mir scheint. Ich fand Ärzte, die mir helfen konnten. Von ihnen wurde ich auf neue Medikamente eingestellt, bekam kräftigende Infusionen, Nahrungsergänzungsmittel, eine Hochtontherapie und eine Physiotherapie. Nach einiger Zeit war ich aufgrund dieser umfassenden Therapie so weit, dass ich wieder ein paar Meter auf Krücken gehen konnte. Dadurch war dann auch eine Neuro-Rehabilitation in Bad Pirawarth möglich. Und von dieser Reha bin ich immens gestärkt wieder heimgekommen: Ich konnte endlich wieder ohne Hilfen aufstehen, sogar ein paar Meter gehen und einige Stiegen steigen!

Schmerzen sehr stark wurden, bin ich ins Spital gegangen. Dort erhielt ich dann die Diagnose.

### *Wissen Sie, was bei Ihnen die Ursache für die Erkrankung ist?*

Zuerst dachte man, der Alkohol, da ich früher nicht wenig davon getrunken habe. Aber dann stellte sich heraus, dass ich an einer seltenen, erblich bedingten Variante der Polyneuropathie leide, die früh ausbricht und aggressiv verläuft.

### *Die aber offenbar auch wieder besser werden kann, wie man an Ihrem Beispiel sieht?*

Genau. Und als Kämpfernatur werde ich alles daran setzen, dass es mir bald noch viel, viel besser geht und ich wieder in der Lage bin, im Kirchenchor stehend zu singen, was mir sehr wichtig ist.

dem alle Formen der Krankheit geheilt werden können. Dass es so etwas gibt, würde ich mir sehr wünschen.



## Webtipp

[www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at](http://www.wiener-selbsthilfegruppe-polyneuropathie.at)





**Herta Höll, 67,**  
Saalfelden,  
seit drei Jahren  
Polyneuropathie-  
Patientin

### **MEDIZIN populär**

*Frau Höll, wann haben Sie bemerkt, dass Sie an Polyneuropathie leiden?*

#### **Herta Höll**

Rückblickend betrachtet, vor drei Jahren. Damals habe ich immer wieder einmal so ein Kribbeln in den Füßen gespürt. Dann wieder habe ich gemeint, ich habe eiskalte Füße, aber wenn ich die Füße angegriffen habe, waren sie warm. Weil das alles in größeren Abständen aufgetreten ist, habe ich mir aber noch nicht viel dabei gedacht und meine Ärztin bei einer Routineuntersuchung nur nebenher darauf angesprochen.

#### *Da wurde dann gleich die Diagnose gestellt?*

Die Ärztin hat mir gesagt, da ich Diabetes habe, sind die Missempfindungen höchstwahrscheinlich erste Anzeichen für eine Polyneuropathie. Ich habe nicht gewusst, was das ist, und, wieder daheim, gleich nachgeschaut. Nach weiteren Untersuchungen bei einer Fachärztin ist die Polyneuropathie dann leider diagnostiziert worden.

#### *Wie sind Sie im Anschluss behandelt worden?*

Da die Beschwerden lang nicht so ausgeprägt waren, habe ich nichts gebraucht, ich wurde deswegen also gar nicht behandelt. Medika-

mente gegen die Polyneuropathie nehme ich erst seit einem Jahr.

#### *Was war der Anlass?*

Ich glaube, weil ich damals in einer Stresssituation war, haben sich die Beschwerden rapide verschlechtert. Meine Füße haben sich auf einmal sehr oft wie Eiszapfen angefühlt, zusätzlich habe ich ein Stechen gespürt, so als ob ich auf Nadeln stehen würde. Auch habe ich beim Gehen oft starke Schmerzen in den Füßen gehabt, und eine Gangunsicherheit ist dazu gekommen. Die führt dazu, dass ich meine, jede Unebenheit auf der Straße, selbst in der Wohnung, könnte mich zum Fallen bringen. Daher nehme ich nun Tabletten, die gegen die Schmerzen helfen, Antiepileptika, und im Akutfall zusätzlich Schmerztabletten. Im Frühling habe ich auch eine Infusion bekommen, die mir sehr geholfen hat.

#### *Reicht diese Therapie für Sie aus?*

Abgesehen von diesen Behandlungsmöglichkeiten würde mir noch eine neurologische Rehabilitation helfen, sagten mir meine Ärztinnen, da überlege ich noch, ob ich eine mache.

#### *Was alles möchten Sie gern tun, können das aber wegen der Polyneuropathie nicht?*

Sehr vieles. Ich bin früher sehr gern spazieren

## **Nerven – Zahlen & Fakten**

- Unsere Nerven haben einen Durchmesser von wenigen Millimetern bis zu zwei Zentimetern,
- sind zwischen einem Millimeter bis zu einem Meter lang,
- und würde man sie aneinanderfügen, könnte man mit dem Strang 20 Mal den Äquator umwickeln.
- Vorstellbar sind die Nerven wie isolierte Kupferkabel, die aus ebenso isolierten Drähten bestehen.
- Die Funktion der Nerven besteht darin, Informationen weiterzuleiten, z.B. der Beinmuskulatur den Befehl zu geben, sich zu bewegen oder dem Gehirn Rückmeldungen zu geben: in Form von Wohlfühlgefühl, das durch Berührung der Haut entsteht, oder – als Warnsignal – in Form einer Missempfindung oder von Schmerz.

# KRANKE NERVEN

und in die Berge wandern gegangen, habe öfter Ausflüge gemacht, bin auch gern verreist. Alles das traue ich mir nicht mehr zu, was auch meine Angehörigen und Freunde schade finden. Was oft noch ganz gut geht, sind Touren mit meinem E-Bike. Da merke ich, dass das Radeln meine Füße stärkt. Aber hin und wieder habe ich nun schon auch keine Kraft mehr in den Händen und kann das Bike daher schlecht halten, also geht auch das Biken nicht mehr immer.

*Meinen Sie, dass die Krankheit wieder besser wird?*

Meine Ärztinnen sagen, dass das öfter so ist, und es mir hilft, wenn ich weiter möglichst aktiv bin. Also mit dem Fahrrad fahre, meinen Haushalt mache, und so weiter. Das tue ich auch, und daher hoffe ich, dass die Polyneuropathie bei mir einmal wieder besser wird.



## Heilbare Polyneuropathien

**M**it einer entsprechenden Therapie gänzlich heilbar sind lediglich sehr seltene Formen der Polyneuropathie, wie die akute Form, das Guillain Barree Syndrom, oder die vaskulitische Form, die auf eine Gefäßerkrankung zurückgeht. Eine Besserung ist aber bei fast allen Polyneuropathien möglich.

**MEDIZIN populär**  
gehört zum  
gesunden  
Leben  
einfach  
dazu.



**Nützen Sie unser Abo-Angebot:**

MEDIZIN populär 11 x jährlich erhalten. Und dabei **mehr als 40 %** gegenüber dem Einzelverkaufspreis **sparen.**

**MEDIZIN** populär

Das führende Gesundheitsmagazin  
Österreichs