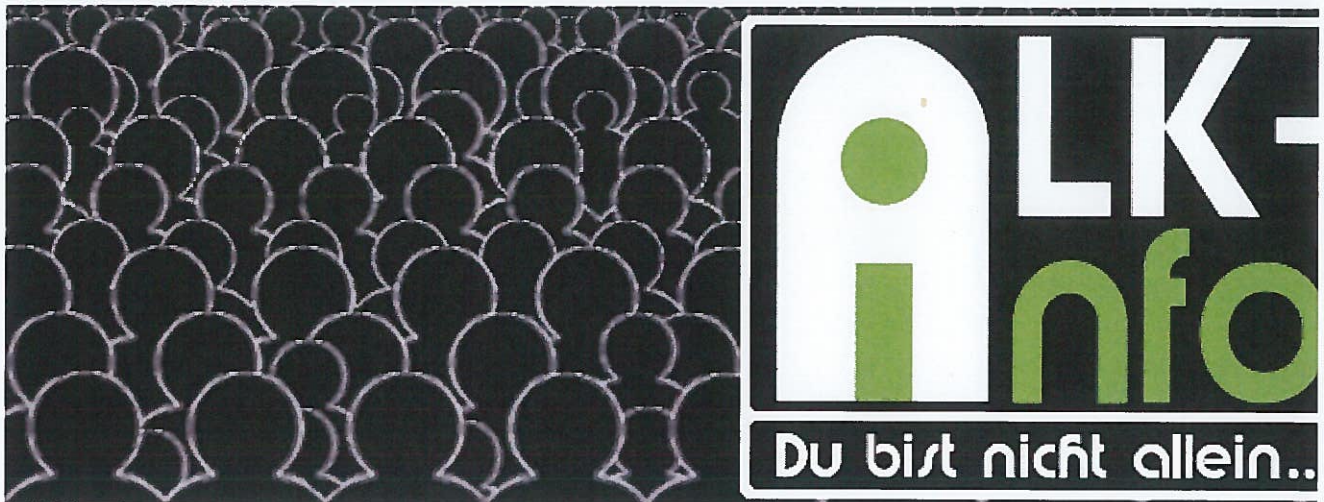


## Alk-Info



### Alkoholbedingte Polyneuropathie

## Wenn kribbeln und stechen unerträglich werden

von Harald Frohnwieser

**Viele Alkoholiker – egal ob nass oder trocken - versuchen sie zu ignorieren, obwohl sie ihnen unerträgliche Schmerzen bereitet. Und lassen sie oft über Jahre unbehandelt. Die alkoholbedingte Polyneuropathie ist eine Schädigung des peripheren und vegetativen Nervensystems, die mehrere Ursachen haben kann. Zum Teil ist sie angeborenen, zum Teil entsteht sie aufgrund von Diabetes und zu einem anderen, nicht unwesentlichen Teil wird sie durch einen langjährigen Alkoholmissbrauch hervorgerufen. Immerhin könnten zwischen 22 und 66 Prozent der Alkoholkranken und ehemaligen Abhängigen davon betroffen sein, elft Prozent aller Polyneuropathie-Patienten sind oder waren alkoholkrank. Die Symptome sind in den meisten Fällen Kribbeln, Stechen oder Brennen in Füßen oder Händen, die das Leben zur Qual machen. Doch wie entsteht diese Krankheit genau, die im schlimmsten Fall sogar zum Tod führen kann? Und was kann man dagegen tun?**

„Unter tags spüre ich relativ wenig, nur hin und wieder fühlt es sich an, als ob Ameisen über meinen Fuß und übers Bein krabbeln“, berichtet Bernhard, „doch kaum liege ich im Bett, dann sind sie da, diese heftigen Schmerzen. Es ist, wie wenn spitze Nadeln immer wieder in meinen Fuß stechen.“ Oft sind diese Schmerzen, die der seit Jahren trockene Alkoholiker so gut wie jede Nacht verspürt, so heftig, dass an Schlaf kaum zu denken ist. „Ohne starken Schmerzmittel kam ich nicht durch die Nacht“, so der Familienvater, der aber vor einiger Zeit eine neue Therapie gefunden hat, die sein Leben erträglicher machen. Bernhard schließt sich jeden Tag für zumindest eine halbe Stunde an ein Gerät an,



das in seinem Fuß ein sanftes Kribbeln hervorruft und seine kaputten Nerven beruhigt. Doch davon später.

Warum Bernhard, der über viele Jahre lang täglich zwei Liter Wein und bis zu zehn Flaschen Bier getrunken hat, diese Schmerzen in seinem Fuß hat, ist schnell erklärt – er hat Polyneuropathie.

### **Was ist eine Polyneuropathie?**

Man muss sich das in etwa so vorstellen: Die weit verzweigten Nervenzellen des Körpers werden in ein zentrales und in ein peripheres System unterteilt. Das zentrale Nervensystem findet man im Gehirn und im Rückenmark, das periphere hingegen umfasst alle Neuronen, die sich abseits der beiden befinden und sind für Empfindungen, Bewegungen und für die Funktion sämtlicher inneren Organe verantwortlich. Bei einer Polyneuropathie funktionieren Empfindungen, Bewegungen (periphere Nervensystem) und/oder die inneren Organe (vegetative Nervensystem) nicht mehr so wie sie sollten oder lassen gänzlich aus, weil die Nerven schwer geschädigt sind.

### **Alkoholbedingte Polyneuropathie**

Laut führenden Fachärzten leiden zwischen fünf und acht Prozent der Erwachsenen an einer Polyneuropathie. Was aber löst diese schwere Krankheit überhaupt aus? Laut Wissenschaft können an die 200 Ursachen dafür verantwortlich sein, dass die Nerven im Laufe des Lebens so schwer erkranken. Polyneuropathie kann durch einen Unfall, durch Vererbung und vielen anderen Ursachen entstehen, die häufigsten davon sind jedoch Diabetes und ein lang andauernder Alkoholmissbrauch, wobei zwischen 22 und 66 Prozent der alkoholkranken Frauen und Männer irgendwann davon betroffen sind, elf Prozent aller Polyneuropathie-Patienten sind oder waren alkoholabhängig.

### **Zwei mögliche Ursachen**

Mediziner kennen aber derzeit noch nicht die genauen Ursachen, warum genau diese Krankheit bei einem nicht geringen Teil der Alkoholkranken in Erscheinung tritt, gehen aber von zwei möglichen Ursachen aus. Alkohol beziehungsweise Ethanol ist ein Nervengift, das eine Schädigung der Nerven hervorruft. Man spricht in diesem Zusammenhang von einer exotischen oder auch äußeren Substanz, die für die Erkrankung der Nerven verantwortlich ist. Es kann kein Arzt prognostizieren, welcher Alkoholiker davon betroffen sein wird, welche peripheren Nervenzellen davon betroffen sein könnten und wie sich die körperlichen Beeinträchtigungen entwickeln werden. Aber es gilt, dass eine Schädigung der Nerven um so gravierender entsteht, je länger der Alkoholkonsum andauert und je mehr Gramm reinen Alkohols zu sich genommen werden. Doch immer noch kennen sich viele Ärzte mit dieser Erkrankung nicht richtig aus, wodurch Polyneuropathie oft erst nach vielen Jahren des Leidens richtig diagnostiziert wird.

Als zweite Ursache gilt, dass Alkoholiker im Laufe ihrer Sucht ihre Ernährung vernachlässigen, was eine Unterernährung zur Folge hat. Dadurch fehlen dem Körper jedoch wichtige Vitamine und Nährstoffe, was sich früher oder später in einer peripheren Neuropathie äußern kann. Vor allem ein Mangel an Vitamin B1 und Vitamin B12 wird sehr oft für die Entstehung der Krankheit verantwortlich gemacht, auch zu wenig der Vitamine B6 und B9 sowie Vitamin E kann zu einer schweren Nervenschädigung führen. Ebenfalls sehr wichtig für die Stärkung der Nerven ist Kupfer, ist zu wenig davon vorhanden, kann dies ebenso für eine Polyneuropathie verantwortlich sein.

### **Wie verläuft die Krankheit?**

**Datenschutz**

Wie die Krankheit verläuft, wann sie in Erscheinung tritt und in welcher Stärke sie sich entwickelt ist individuell. So kann es etwa vorkommen, dass bei einer toxischen Neuropathie gar keine oder nur wenige Symptome auftreten. Hier verspüren die Patienten nur ein gelegentliches leichtes Kribbeln in Händen oder Füßen. Sehr oft arten Kribbeln und Stechen jedoch in regelmäßigen heftigen Schmerzen aus, die die Lebensqualität der Betroffenen extrem einschränkt. Mitunter kann es sogar zu Lähmungserscheinungen in den Extremitäten kommen. Patienten, bei denen die motorischen Nerven stark geschädigt sind, erzählen oft von heftigen und unkontrollierbaren Muskelzuckungen, von Muskelschwäche und heftigen Muskelkrämpfen. Generell kann gesagt werden, dass es sogar zu einem Muskelschwund kommen kann, wenn der Alkoholkonsum nicht gestoppt wird. Sehr oft kommt es auch zu einem Taubheitsgefühl, zu einem unsicheren Gang (Sturzgefahr), zu einer Störung der Temperaturwahrnehmung und zu einer Schmerzfreiheit bei Wunden.

Bei einer Schädigung des vegetativen Nervensystems, also wenn lebenswichtige Organe betroffen sind, kann dies sogar lebensbedrohlich werden, da Organe wie Herz, Lunge, Leber oder Nieren ihre Aufgabe nicht mehr erfüllen können. Die Folgen können Atemstillstand oder Herzrhythmusstörungen sein, bei denen der Betroffene ins Koma fallen und sogar versterben kann.

### **Therapiemöglichkeiten**

Ist ein übermäßiger Alkoholkonsum, der über viele Jahre andauert, für die Polyneuropathie verantwortlich, dann gilt zu nächst einmal, dass auf den Alkohol zur Gänze verzichtet werden muss. Nur so kann verhindert werden, dass sich die Krankheit nicht weiter ausbreitet. Ärzte verabreichen gerne auch starke Schmerzmittel, damit das Leben für die Betroffenen erträglicher wird. Aber vor allem bei Opiaten ist Vorsicht geboten, denn sie können rasch zu einer Abhängigkeit führen, was bei Suchtpatienten jedoch fatal wäre. Sie sollten daher nur kurz und unter Aufsicht eines Arztes verabreicht werden.

„Viele haben Angst, dass sie im Rollstuhl landen, das ist aber eher selten der Fall. In den meisten Fällen ist Polyneuropathie eine chronische Erkrankung, die mit gutem Management, also der richtigen Therapie und einem entsprechenden Lebensstil, relativ gut zu behandeln ist“, beruhigt Udo Zifko, Vorstand der Abteilung für Neurologie im Evangelischen Krankenhaus Wien, in einem Interview mit der österreichischen Tageszeitung „Die Presse“.

### **Hochtontherapie sehr erfolgreich**

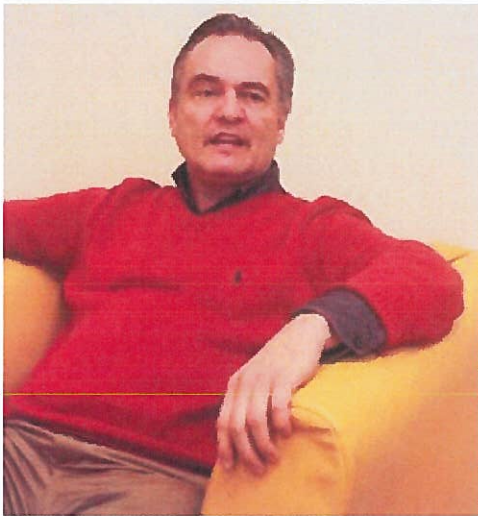
Sehr bewährt hat sich inzwischen die sogenannte Hochtontherapie mittels Strom. Hier können sich Patienten ein Heimgerät mieten und sich selbst daran anschließen. Die Stromstärke kann individuell eingestellt werden. Dazu Barbara Chaloupek, Beraterin der in Wien ansässigen Firma „Schuhfried Medizintechnik“, die solche Heimgeräte vermietet und auch zum Kauf anbietet: „Unsere Firma bietet die Hochtontherapie an, die nicht nur sehr angenehm sondern auch frei von Chemie und Nebenwirkungen ist.“ Der Erfolg dieser Therapie ist mittlerweile wissenschaftlich nachgewiesen und trägt zu einer erheblichen Linderung der Schmerzen bei. Barbara Chaloupek, die selbst an einer vererbten Polyneuropathie leidet, zu „Alk-Info“: „Der Strom orientiert sich an den



Vierteltonschritten in der Musik und verursacht ein sanftes, angenehmes Kribbeln in jenem Bereich, der angeschlossen wird, zum Beispiel in den Händen oder Füßen. Ich war anfangs sehr skeptisch, habe mich dann aber dazu entschlossen, es bei mir selbst auszuprobieren. Der Erfolg hat sich rasch eingestellt, die Schmerzen wurde bald weniger heftig, die Taubheit wird besser und ich habe eine neue Lebensqualität bekommen.“

### **Behandlungsdauer**

Wie lange sollte man dieses Gerät verwenden? „Wir empfehlen, das Gerät zunächst einmal gegen eine Leihgebühr drei Monate lang zu testen. Ist ein Erfolg zu verbuchen, dann kann es käuflich erworben werden, wobei wir die Leihgebühr vom Verkaufspreis abziehen“, klärt die Beraterin auf und sagt, dass man sich im Idealfall täglich bis zu einer Stunde an das Gerät anschließt und betont, dass sich auch die Schlafqualität erheblich verbessert hat. Angeschlossen an das Gerät kann man ein Buch lesen, sich unterhalten oder fernsehen.



Auch Schmerzspezialist Dr. Reinald Brezovsky, der in der österreichischen Bundeshauptstadt Wien eine gut gehende Praxis betreibt, schwört auf die Strombehandlung. „Dadurch wird eine besonders angenehme Muskelstimulation erreicht und fördert auch den Stoffwechsel“, weiß er aus Erfahrung. Und erklärt: „Die Hochtontherapie arbeitet mit mittelfrequenten, speziell modulierten Wechselstromformen. Aufgrund von Studien konnte festgestellt werden, dass durch diese Therapieform ein wesentlich stärker ausgeprägte Verbesserung erreicht werden konnte.“

Heilbar sind lediglich leichte Formen der Polyneuropathie, aber mit der richtigen – und vor allem für Alkoholiker – nicht süchtig machenden Therapie ist eine Linderung der Schmerzen erreichbar. Mittlerweile bieten auch diverse Suchtkliniken in Deutschland, wie etwa die Bett-Ford-Klinik in Bayern, eine Behandlung von Polyneuropathie an.

### **Schmerzen wesentlich geringer**

Der eingangs erwähnte Bernhard therapiert sich seit einem Jahr selbst mit diesem Hochtongerät und ist begeistert: „Meine Schmerzen sind wesentlich geringer geworden. Hin und wieder verspüre ich noch den einen oder anderen Stich beim Einschlafen, aber die Schmerzen sind längst nicht mehr so heftig wie sie früher waren“, erzählt er. Und strahlt über das ganze Gesicht, wenn er sagt: „Die Nerven im Fuß sind durch diese Therapie ruhiger geworden. Das ist eine Lebensqualität, die ich viele Jahre lang nicht mehr gekannt habe...“.

### **Dr. Schuhfried Medizintechnik GmbH**

1090 Wien, Van Swieten-Gasse 10

Tel.: [+43 \(0\)1/405 42 06](tel:+43014054206)

Web-Adresse: [www.schuhfriedmed.at](http://www.schuhfriedmed.at)

### **Gesundheits ZentrumDöbling**

1190 Wien, Döblinger Hauptstrasse 44

Schmerzhotline: [+43 \(0\)699/109 139 01](tel:+43069910913901)

Web-Adresse: [www.schmerzarzt.at](http://www.schmerzarzt.at)