

Wirkstoffe zur Bekämpfung von Neuropathien

Die folgenden Nahrungsergänzungsmittel wurden auf verschiedenen Patientenseminaren der International Myeloma Foundation empfohlen (2004 Ft. Lauderdale, Florida; 2006 Portland, Oregon; 2009 Minneapolis, Minnesota). Alle sollen zu Mahlzeiten genommen werden. Die Angaben unterschieden sich bei den Seminaren teilweise geringfügig.

Vitamin B6	50 mg zweimal pro Tag / 50 mg morgens und 100 mg abends
Vitamin B12	1 mg pro Tag
Vitamin E	600 mg pro Tag / 400 IE pro Tag
Alpha-Liponsäure	800 – 1800 mg pro Tag / 600 – 1000 mg pro Tag
Folsäure	1 – 2 mg pro Tag
Acetyl-L-Carnitin	500 mg zweimal pro Tag / maximal 2000 mg pro Tag
L-Glutamin	10 g pro Tag 1 Woche, dann 1 g dreimal pro Tag
Magnesium	250 mg zweimal pro Tag
Kalium	2 Teelöffel Apfelessig, Bananen, Orangen
Tonic Water	1 Glas am Abend, weitere bei Krämpfen
Capsaicincreme	auf Finger, Zehen Füße einmal täglich auftragen
Kakaobutter	betroffene Bereiche zweimal täglich einreiben und leicht einmassieren

Darüber hinaus können vom Arzt Medikamente wie z.B. Gabapentin verschrieben werden. Bitte konsultieren Sie Ihren behandelnden Arzt, und fragen Sie ihn auch, ob die angegebenen Mengen an Zusatzstoffen für Sie persönlich richtig sind.

Quelle: pmm aktuell Dezember 2009; hrg. pmm NRW (Plasmozytom/Multiples Myelom Selbsthilfegruppe NRW e.V.)