

PEPO Aktuell 2-2026

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e.V.
GBS-CIDP-PNP Landesverband Sachsen

Selbsthilfeheimat für Patienten mit Polyneuropathien

Kribbeline



Bericht vom 1. Gesprächskreis in Freiberg, der am 06.03.2026 beim VDK Sachsen e.V. Schillerstraße 3 stattfind.

Bericht und Bilder : Gert Grellert



Thema der Veranstaltung :

Gert Grellert berichtete über seine persönliche Erfahrungen
im Umgang mit PNP & CIDP

Gert Grellert erläuterte die Phasen einer Polyneuropathie und deren Auswirkungen.

1. Anfangsphase

deren Symptome in diesem Stadium wären :

- Schwäche in den Gliedmaßen typischerweise betreffend Arme und Beine
- verbunden meist mit Taubheit & Kribbeln
- sensorische Auffälligkeiten
- asymmetrische Symptome

2. Progressive Phase

Die fortschreitende Phase folgt, wenn sich die Symptome der Erkrankung verschlimmern.

Diese Phase ist oft gekennzeichnet durch :

- anhaltende Schwäche mit sensorischen Symptomen
- Schwierigkeiten beim Bewältigen der Alltagsaufgaben
- Müdigkeit, Fatigue Syndrom Schlafprobleme, (wir sprachen auch über unterschiedliche Ausführungen von Schlafmasken und deren Handhabung)
- Entwicklung von Muskelatrophie, auch hier haben wir uns intensiv ausgetauscht, dabei hatten wir einen fast gleichen Konsens zu Muskelkrämpfen gefunden.

Es helfe nur Bewegung bei sehr hohen Schmerzkrämpfen, die meist aus dem Ruhestand auftreten.

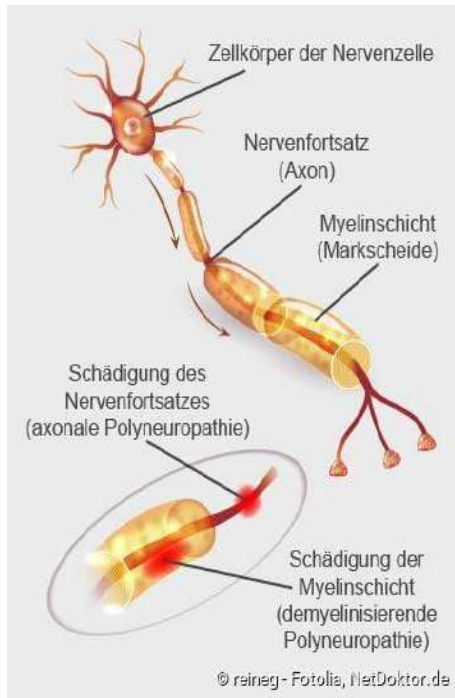


Bild: netDoktor



3. Plateau – Phase

Dies ist die Phase, wo eine Stabilisierung der Erkrankung vorausgeht, ohne dass eine Verbesserung oder eine Verschlechterung folgt. Hier habe ich auf mein bevorstehendes Aussetzen (Austesten) des Medikamentes Hizentra (Immunglobuline) hingewiesen. Da meine CIDP-Erkrankung zum Stillstand gekommen sei. Medizinische Empfehlungen wie Physiotherapie; regelmäßige Untersuchungen und künftige Behandlungsentscheidungen sollten aber befolgt werden.

4. Remissionsphase

Dies ist die Phase, wenn der Patient die Behandlungsentscheidungen befolgt hat und eine Verbesserung der Erkrankung eintritt.

Erhebliche Verbesserungen wären:

- deutliche Verringerung der Muskelschwäche

Sachsen PEPO

- Verbesserung der Koordination und Mobilität
- Verringerung der Taubheit und Kribbeln
- ein erhöhtes Energielevel

Ziel ist es in der Remissionsphase, Funktionen zu erhalten und verbessern, sowie Verschlechterung zu verhindern



5. Chronische Managementphase

Es ist die Aufgabe, langfristig Strategien zu entwickeln, um die Erkrankung effektiv zu behandeln

- Symptome
 - a) anhaltende Schwäche und Erschöpfung
 - b) anhaltende sensomotorische Störungen
 - c) Herausforderungen im Alltagsaufgabe
 - d) emotionale Auswirkungen

Sachsen PEPO



Wir haben insgesamt viele Symptome und Auswirkungen bei einer auftretender Polyneuropathie besprochen. Der Gesprächskreis war interessant und anregend.

Die bei meiner CIDP-Erkrankung auftretenden Auswirkungen haben wir miteinander erörtert. Die da wären Fatigue Syndrom, Krämpfe, Müdigkeit, sensomotorische Störungen, Tremor, Schwindel.

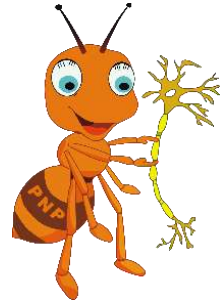
Ich möchte mich bei allen Anwesenden für Ihre Mitarbeit bedanken.

Auch habe ich jeden Teilnehmer eine Empfehlung der Medikamente, welche unterstützend helfen können bei einer PNP ausgehändigt.

Gert Grellert

Sachsen PEPO

Deutsche Polyneuropathie Selbsthilfe e.V.
PNP Geschäftsstelle Landesverband Sachsen
GBS CIDP PNP Landesverband Sachsen
Altchemnitzer Straße 27
09120 Chemnitz
Telefon: 0371 / 44458983
www.pnp-gbs-sachsen.de



Kribbeline

PNP-Hauptverwaltung / Zentrale
Carl-Diem-Str. 108
41065 Mönchengladbach
Telefon: 02161 / 480499
www.polyneuro.de

PNP Geschäftsstelle Bundesverband
Im AWO ECK
Brandenberger Str. 3 – 5
41065 Mönchengladbach
Telefon: 02161 / 8277990
www.polyneuro.de

PNP Geschäftsstelle Landesverband NRW
(Nordrhein - Westfalen)
Speicker Str. 2
41061 Mönchengladbach
Telefon: 02161 / 8207042
www.selbsthilfe-pnp.de

Landesverband Hessen
Karl-Marx-Str.12
64625 Bensheim
Telefon: 62517 / 89276
www.pnp-hessen.de

Landesverband Bayern
Mailinger Weg 13
85055 Ingolstadt
Telefon: 0841 / 96787601
www.polyneuro-bayern.de