

Manuela Aberger



# Die 8 häufigsten Volkskrankheiten

Eine Einführung in Ursachen, Anzeichen, Prognose, Diagnostik, Therapie und Prophylaxe



**Seine Krankheit zu erkennen, ist der erste Weg zur Heilung.  
(ein Zitat von Seneca)**

# Inhalt

## Vorwort

### 1. Bluthochdruckerkrankungen / Bluthochdruck

1.1. Allgemeine Erklärung

1.2. Definition von Blutdruck

1.3. Formen des Blutdrucks

1.4. Anzeichen bzw. Symptome des Bluthochdrucks

1.5. Ursachen für den Bluthochdruck

1.6. Diagnostik bei Bluthochdruck

1.7. Therapiemöglichkeiten bei Bluthochdruck

1.8. Prognose bei Bluthochdruck

1.9. Prophylaxe bei Bluthochdruck

### 2. Herz-Kreislauf-Erkrankungen

2.1. Allgemeine Erklärung

2.2. Definition

2.3. Formen der Herz-Kreislauf-Erkrankungen

2.4. Beispiel Herzinfarkt

2.5. Beispiel Herzmuskelentzündung

### 3. Diabetes

3.1. Definition

3.2. Formen des Diabetes

3.3. Anzeichen bzw. Symptome für Diabetes

3.4. Ursachen für den Diabetes

3.5. Diagnostik bei Diabetes

3.6. Therapiemöglichkeiten bei Diabetes

3.7. Prognosen bei Diabetes

3.8. Prophylaxe bei Diabetes

### 4. Depressionen

4.1. Allgemeine Erklärung

4.2. Definition

4.3. Formen

- [4.4. Anzeichen bzw. Symptomen für Depressionen](#)
- [4.5. Ursachen](#)
- [4.6. Diagnostik bei Depressionen](#)
- [4.7. Therapiemöglichkeiten bei Depressionen](#)
- [4.8. Prognose](#)
- [4.9. Prophylaxe](#)

## [5. Alzheimer](#)

- [5.1. Definition](#)
- [5.2. Formen der Demenz](#)
- [5.3. Anzeichen bzw. Symptome der Alzheimer](#)
- [5.4. Ursachen für die Alzheimer-Krankheit](#)
- [5.5. Diagnostik](#)
- [5.6. Therapiemöglichkeiten bei Alzheimer](#)
- [5.7. Prognosen bei Alzheimer](#)
- [5.8. Prophylaxe bei Alzheimer](#)

## [6. Essstörungen - Übergewicht/Magersucht](#)

- [6.1. Allgemeine Erklärung](#)
- [6.2. Definition](#)
- [6.3. Formen](#)
- [6.4. Beispiel Magersucht - Anzeichen bzw. Symptome der Magersucht \(Anorexia nervosa\).](#)
  - [6.4.1. Ursachen für Magersucht](#)
  - [6.4.2. Diagnostik bei Magersucht](#)
  - [6.4.3. Therapiemöglichkeiten bei Magersucht](#)
  - [6.4.4. Prognose](#)
  - [6.4.5. Prophylaxe](#)
- [6.5. Beispiel Übergewicht - Allgemeines zu Übergewicht \(Adipositas\).](#)
  - [6.5.1. Anzeichen bzw. Symptome von Übergewicht \(Adipositas\).](#)
  - [6.5.2. Ursachen des Übergewichtes](#)
  - [6.5.3. Diagnostik bei Übergewicht](#)
  - [6.5.4. Therapiemöglichkeiten bei Übergewicht](#)
  - [6.5.5. Prognose bei Übergewicht](#)

## 6.5.6. Prophylaxe

### 7. Gicht/Rheuma

7.1. Unterschied zwischen Gicht und Rheuma

7.2. Definition von Gicht

7.3. Formen der Gicht

7.4. Anzeichen bzw. Symptome der Gicht

7.5. Ursachen für Gicht

7.6. Diagnostikmöglichkeiten bei Gicht

7.7. Therapiemöglichkeiten bei Gicht

7.8. Prognose bei Gicht

7.9. Prophylaxe bei Gicht

### 8. Erkrankungen des

#### Bewegungsapparates/Rückenschmerzen

8.1. Allgemeine Erklärung

8.2. Definition von Rückenschmerzen

8.3. Formen von Rückenschmerzen

8.4. Definition von Rückenschmerzen

8.5. Formen von Rückenschmerzen

8.6. Anzeichen bzw. Symptome bei

Rückenschmerzen

8.7. Ursachen für Rückenschmerzen

8.8. Diagnostik bei Rückenschmerzen

8.9. Therapiemöglichkeiten bei Rückenschmerzen

8.10. Prognose bei Rückenschmerzen

8.11. Prophylaxe

8.12. Beispiel Hexenschuss

8.12.1. Definition von Hexenschuss

8.12.2. Anzeichen bzw. Symptome beim  
Hexenschuss

8.12.3. Ursachen für den Hexenschuss

8.12.4. Diagnostik bei einem Hexenschuss

8.12.5. Therapiemöglichkeiten beim  
Hexenschuss

8.13. Beispiel Bandscheibenvorfall

[8.13.1. Definition vom Bandscheibenvorfall](#)

[8.13.2. Anzeichen bzw. Symptome beim Bandscheibenvorfall](#)

[8.13.3. Ursachen für den Bandscheibenvorfall](#)

[8.13.4. Diagnostik bei einem Bandscheibenvorfall](#)

[8.13.5. Therapiemöglichkeiten beim Bandscheibenvorfall](#)

[9. Schlusswort](#)  
[Autorenportrait](#)

## **Vorwort**

Die Volkskrankheit ist kein Begriff aus der medizinischen Fachsprache. Das Wort Volkskrankheit ist mehr als Sammelbegriff für Krankheiten zu sehen, die unter der Bevölkerung eines Landes verstärkt auftreten. Die Bezeichnung Zivilisationskrankheit würde den Kern besser treffen. Klassische Beispiele für Erkrankungen, die ursächlich auf dem Lebensstil, der Kultur des Landes und der Gesellschaft beruhen, sind der Schlaganfall, der Herzinfarkt oder auch die Arteriosklerose. Risikofaktoren wie die Ernährung, Bewegungsmangel und Stress sind in der heutigen Gesellschaft mehr und mehr anzutreffen. Sieht man sich die Statistiken über die Krankheit Fettleibigkeit (Adipositas) an, ist abzulesen, dass diese bis zum Ende des Zweiten Weltkrieges selten diagnostiziert wurde. Der Lebensstil musste den gesellschaftlichen Gegebenheiten angepasst werden.

Erschreckend ist, dass bis zur Hälfte der Todesfälle in Deutschland auf vermeidbare Risiken zurückzuführen sind. Bewegungsmangel und fettreiche Ernährung begünstigen Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Rückenleiden. Nachgewiesen ist ebenfalls der rasante Anstieg der psychischen Erkrankungen. An der Spitze stehen die Depressionen.

Eine ständig ansteigende Zahl der Vorlage von Arbeitsunfähigkeitsbescheinigungen (AU-Bescheinigung), ist anhand der Codierung (Schlüssel für die Krankheitsbezeichnung), dass es sich um eine der zahlreichen Volkskrankheiten handelt, abzulesen.

Interessierte Patienten können im Internet den Diagnoseschlüssel nach ICD-10 eingeben. Dort ist abzulesen, welches Krankheitsbild der Arzt diagnostiziert hat. Das ist ein Grund, weshalb der Arbeitgeber diese Information auf der AU-Bescheinigung nicht erhält.

Die im folgenden Text aufgeführten Krankheiten entsprechen keinem Ranking, sondern sind nur ein Auszug aus der Vielzahl der sogenannten Volkskrankheiten.