

## **Oktober 2016:**

### **Anfang Oktober fiebriger Infekt**

- Diagnose: Akute Infektion der oberen Atemwege, nicht näher bezeichnet (J06.9 G)
- Behandlung mit Levofloxacin Heumann 500 mg Filmdoublets (7 Tage)
- kaum Besserung der Beschwerden
- nach weiteren 7 Tagen fieberfrei, jedoch extrem starke Ganzkörperschmerzen, die als Gliederschmerzen interpretiert werden
- Schnupfen/Erkältung insgesamt ca. drei Wochen,
- völlige körperliche Erschöpfung und Kraftlosigkeit,
- insgesamt drei Wochen vollständige Bettlägerigkeit,
- Umdrehen im Bett oder Aufstehen schmerzbedingt kaum möglich,
- wegen starker Schmerzen im ganzen Körper und Erschöpfung nur Toilettengang („Tippelschritte“) möglich
- keine eigenständige Haushaltsführung und Selbstversorgung möglich
- Körperpflege nur mit Unterstützung möglich
- Diagnosen:
  - Unwohlsein und Ermüdung (R53 G),
  - sonstige Muskelkrankheiten: Schulterregion (M62.81 G),
  - Rückenschmerzen: Mehrere Lokalisationen der Wirbelsäule (M54.10 ),
  - generalisierte Hyperhidrose
- Abklärung verschiedener Verdachtsdiagnosen:
  - Pfeiffersches Drüsenfieber,
  - Borreliose,
  - Multiple Sklerose,
  - ALS
  - Röntgen Thorax o. B.
  - Sonografie des Abdomens o. B
  - MRT des Schädels o. B.
- Erstmalige Vorstellung beim Facharzt für Orthopädie
- Röntgen der Hände und Füße in drei Ebenen
  - Diagnosen:
    - Senk-Spreizfuß beidseits
    - Fersensporn links
    - HWS-Syndrom (Zervikalsyndrom),
    - Myogelosen HWS
- ...

## **November 2016:**

### **Beginn der Behandlung in einer Praxis für Physiotherapie**

- seitdem mindestens 2x pro Woche (wegen der vielfältigen Ganzkörper-Beschwerden dringend erforderlich)
  - bis heute – Stand 20.11.2017 ist nur manuelle Therapie möglich  
→ keine Dehnübungen, keine körperlich anstrengenden Übungen
- großes Schlafbedürfnis
- schnelle Ermüdbarkeit nach geringer Anstrengung
  - z. B. duschen, Frühstück zubereiten, Arztbesuch, kleiner Einkauf, kurzer Spaziergang
- Schweißausbrüche bei geringer körperlicher Tätigkeit (kleinere Haushaltstätigkeiten wie z. B. abspülen, Tisch decken o. ä.),
- extreme körperliche Erschöpfung und Kraftlosigkeit:
  - verschiedene Muskelpartien fühlen sich teilweise so „schlapp“ an, dass z. B. das Heben und Halten eines Wasserglases oder das Umdrehen im Bett kaum möglich ist
- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung)
- verschiedene Nahrungsmittelunverträglichkeiten (Reaktion: Hautausschlag)
- Konzentrationsprobleme,
- extreme Geräusch- und Lichtempfindlichkeit, Liegen nur im abgedunkelten Zimmer oder mit geschlossenen Augen möglich

- Koordinationsprobleme und starke Schmerzen beim Gehen,
- Taubheitsgefühle bzw. Sensibilitätsstörungen in den Füßen (insbesondere Fußsohlen und Zehen, teilweise aufsteigend bis zu den Knien),
- Muskel- und Gelenkschmerzen in den Beinen, Händen und Fingern;
- Muskelkrämpfe in den Beinen, Fingern und Händen insbesondere nachts und morgens
- Knochen(haut)schmerzen in beiden Schienbeinen,
- extreme Schmerzen in den Fußsohlen und im Fersenbereich,
- Gehen kaum möglich („Tippelschritte“)
- Verdachtsdiagnose der Physiotherapeutin: Entzündung der Achillessehnen
- erneute Vorstellung beim Facharzt für Orthopädie
  - Sonografie Achillessehnen beidseits o. B.
  - Befunde:
    - Tendovaginitis Füße beidseits,
    - Fasciitis plantaris beidseits,
    - Achillodynie beidseits (Tompson-Test positiv)
    - Tendovaginitis Hand beidseits,
  - Nutzung von Silikon-Fersenkissen,
  - Nutzung von Einlagen wegen starker Schmerzen in den Plantarfaszien nicht möglich
- Haushaltsführung nicht möglich
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche

#### **Dezember 2016:**

##### **→ wie November: keine Verbesserung der Beschwerden**

- am Tag nach einer professionellen Zahnreinigung erneut alle Anzeichen eines „fiebrigen Infektes“ (jedoch OHNE Fieber)
  - erneut fünf Tage vollständige Bettlägerigkeit,
  - völlige Erschöpfung,
  - Aufstehen nur zum Toilettengang möglich,
  - extrem starke Gliederschmerzen,
  - Schmerzen in der Muskulatur beim Atmen beidseits am seitlichen Brustkorb,
  - extreme Nacken- und Muskelschmerzen (insbesondere seitl. Hals),
  - Schwindel,
  - großes Schlafbedürfnis
  - extreme Licht- und Geräuschempfindlichkeit
- erneut: Schnupfen/Erkältung
- extreme Schmerzen in den Fußsohlen, Gehen kaum möglich („Tippelschritte“)
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- Treppensteigen abwärts nur rückwärts mit Unterstützung möglich
- Haushaltsführung nicht möglich
- Körperpflege nur mit familiärer Unterstützung möglich
- Hautausschläge insbesondere im Brust- und Bauchbereich nach Verzehr histaminhaltiger Lebensmittel oder Getränke
- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung) nur flüssige Nahrung (Suppen) und rohes Obst/Gemüse möglich
- erstmalige Vorstellung beim Facharzt für Neurologie
  - Elektroneurographie o. B.
  - SEP des N. tibialis
    - Beurteilung: Artefakteüberlagerung, grenzwertiger Normalbefund
  - Diagnosen:
    - unspezifische Allgemeinsymptomatik mit rascher Ermüdbarkeit sowie Sensibilitätsstörungen im Bereich der Extremitäten,
    - schmerzhafte Nackenverspannungen

- MRT der HWS o. B.
- ...

#### Januar 2017:

##### → wie November: keine Verbesserung der Beschwerden

- starke Schmerzen an den Schienbeinen (Knochenhaut?)
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- erneut Schnupfen/Erkältung
- brennende Muskelschmerzen („Ameisenkribbeln“) in den Beinen
- Sitzen, wegen sofortigem Anstieg der Schmerzen nicht möglich
- Gehen max. 2x 10 Min. täglich möglich (Schmerzskala: 9)
- starke Stimmungsschwankungen
- Haushaltsführung nicht möglich
- Konzentrationsprobleme (z. B. beim Lesen der Tageszeitung), Fernsehen nicht möglich wegen Reizüberflutung
- Koordinationsprobleme beim Gehen (auch auf Wegen innerhalb der Wohnung)
- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung) und Nahrungsunverträglichkeiten (Hautausschlag)
- erneut Vorstellung beim Facharzt für Neurologie
  - Diagnosen:
    - Symptomkomplex mit Ermüdbarkeit,
    - Sensibilitätsstörungen im Bereich der Extremitäten,
    - Sehnenschmerzen sowie schmerzhaftes Nackenverspannungen,
    - Vitamin D-Mangel
    - v. A. somatoforme Störung bzw. lavierte Depression
  - Empfehlung: „Sofern es mit Behebung des Vitamin D-Defizitausgleiches nicht zu einer Besserung der Beschwerden kommt, wird eine Psychopharmakotherapie empfohlen.“
- ...

#### Februar 2017:

##### → wie November: kaum Verbesserung der Beschwerden

- Achillessehne rechts etwas weniger schmerzhaft
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- erneut: Schnupfen/Erkältung
- Gehen max. 2x 15 Min. täglich möglich (Schmerzskala: 9)
- Nachts: teilweise extreme Berührungsempfindlichkeit der Beine mit brennenden Schmerzen zu den Hüften
- Schlaflosigkeit wegen starker Schmerzen
- Muskelschmerzen in den Oberschenkeln,
- noch immer starkes Schwitzen/Hitzewallungen bei geringer Anstrengung (z. B. Abspülen)
- Völlegefühl, Verstopfung, starke Blähungen
- Magenschmerzen, Sodbrennen,
- Haushaltsführung nicht möglich
- Therapieversuch mit Pregabalin 25 mg (als Mittel der Wahl bei Nervenschmerzen): 0 – 0 – 1
- starke Gewichtszunahme (6 kg/2 Wochen)
- zweiwöchiger Therapieversuch mit Pregabalin ohne Erfolg
- Anpassung der Dosierung Pregabalin 25 mg: 1 – 0 – 1
  - nach einer weiteren Woche ohne Besserung der Beschwerden und weitere Gewichtszunahme wird ein Zusammenhang zum Behandlungsversuch mit Pregabalin hergestellt
  - nach drei Wochen und 10 kg Gewichtszunahme: absetzen des Medikaments
- starke brennende Muskelschmerzen mit geschwollenen Beinen und brennende Muskelschmerzen ausgehend von den Fingern bis zu den Ellenbogen nach max. 60 Min sitzen
- ständige "Ameisen" in den Waden, bei längerem Sitzen oder Liegen aufsteigend bis zu den Hüften
- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung) und Nahrungsunverträglichkeiten (Hautausschlag)

- Vorstellung beim Facharzt für HNO
  - CT der Nasennebenhöhlen
  - Diagnosen:
    - Akute Sinusitis maximillaris,
    - **V. a. Nebenwirkung einer Levofloxacin-Einnahme**
- Vorstellung beim Facharzt für Frauenheilkunde
  - Diagnosen:
    - V.a. klimakterisches Syndrom,
    - muskuläre Schmerzen unklarer Genese
- Meldung der UAW an das BfArM

### **März 2017:**

#### **→ leichte Besserung der Ganzkörperbeschwerden im vgl. zu November**

- keine Muskel- bzw. Sehnenschmerzen in Hals und Oberkörper
- weiterhin starke Muskelschmerzen in den Oberschenkeln und beiden Achillessehnen,
- Beginn der Einnahme verschiedener in der Selbsthilfegruppe empfohlene NEM, Magnesiumfußbäder vor der Nachtruhe
- Gehen bis zu 2x 15 Min. täglich möglich (Schmerzskala: 9)
- Koordination etwas gebessert,
- Konzentrationsprobleme (z. B. beim Lesen der Tageszeitung), Fernsehen nicht möglich wegen „Reizüberflutung“
- erneute Vorstellung beim Facharzt für Orthopädie:
  - Diagnosen
    - Thompson-Test positiv;
    - weiterhin Druckschmerzempfindlichkeit der Plantarfaszien und Achillessehnen (rechts > links);
- starke Erschöpfung
- Schlafunterbrechungen nachts wegen starken Muskelschmerzen bzw. -krämpfen,
- Ende März: wässriger Durchfall (Nachmittags und Nachts)
  - zwei Tage vollständige Bettlägerigkeit, kaum Aufstehen möglich, extremes Schlafbedürfnis,
  - enorm starke „Gliederschmerzen“,
  - muskuläre Schmerzen beim Atmen am seitlichen Brustkorb,
  - extreme Nacken- und Muskel(Sehnen?)schmerzen (insbesondere beidseits des Halses beim Drehen des Kopfes),
  - Schwindel,
  - erneute Zunahme der Sehnenschmerzen in den Füßen (Sohlen und Fersen),
  - Schlaflosigkeit wegen extremer Muskelschmerzen im ganzen Körper,
  - Muskelkrämpfe
- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung) und Nahrungsunverträglichkeiten (Hautausschlag)
- starke Zunahme der „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen: Ameisenkribbeln in Beinen und Armen
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen, kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- Vorstellung in der Rheumaambulanz einer Uniklinik
  - Diagnosen:
    - Bursitis subachillea beidseits,
    - V. a. Polyneuropathie unklarer Ätiologie,
    - Hyperkalzämie
      - iatrogen bei Substitution eines Vitamin D-Mangels → Vitamin D wird abgesetzt,
      - Hyperparathyreoidismus
    - V. a. arterielle Hypertonie,
- Erneute Vorstellung beim Facharzt für Neurologie:
- Beurteilung: „Die Pat. hat nach eigenen Angaben im Oktober Levofloxacin (Tavanic) verordnet bekommen. Warum dieses Reserve-Antibiotikum verordnet wurde, konnte sie mir nicht sagen. Das Auftreten der

Symptomatik steht im zeitlichen Zusammenhang mit der Levofloxacingabe. Die Symptomatik mit Tendovaginitiden, Nervenschmerzen sowie allgemeiner Ermüdbarkeit und Abgeschlagenheit könnten gut auf das Nebenwirkungsprofil von Levofloxacin passen.“

- Diagnosen:
  - Symptomenkomplex mit Ermüdbarkeit Sensibilitätsstörungen im Bereich der Extremitäten;
  - Sehnenschmerzen sowie schmerzhaftes Nackenverspannungen **wahrscheinlich als Nebenwirkung** einer Levofloxacin-Therapie

#### **April 2017:**

##### **→ erneute Verschlechterung im vgl. zu März nach Durchfallerkrankung**

- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung) und Nahrungsunverträglichkeiten (Hautausschlag)
- Spaziergänge/Gehen bis zu 10 Min. (am Stück) möglich

##### **12 Tage stationärer Krankenhausaufenthalt**

- Therapien:
  - Ergometertraining beginnend mit 1x täglich 5 Min./5 Watt --> innerhalb von 12 Tagen Steigerung auf 2 x täglich 10 Min./10 Watt
  - ärztlich begleitetes Heilfasten zur Darmsanierung
  - Lavendelfußbäder
  - Behandlungsversuch mit Hyperthermie führt zu extremen Schmerzen und Einkrampfungen der gesamten Körpermuskulatur
- Entlassungsdiagnosen:
  - abdominales Exanthem,
  - chronisches Schmerzsyndrom mit Sensibilitätsstörungen im Bereich der Extremitäten
  - Tendovaginitiden sowie muskuloskelettales Schmerzsyndrom mit sekundärem Fatigue Syndrom,
  - V. a. primärer Hyperparathyreoidismus
- weiterhin schnelle Erschöpfung, viel Liegen und Ruhen
- Konzentrationsprobleme (z. B. beim Lesen der Tageszeitung), Fernsehen nicht möglich wegen Reizüberflutung
- erneute Zunahme der Sehnenschmerzen in den Füßen (Sohlen und Fersen),
- Koordinationsprobleme bei längerem Gehen
- Haushaltsführung weiterhin nicht möglich
- weiterhin starke „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen:
  - Ameisenkribbeln, Taubheitsgefühle in den Beinen (z. B. nach ca. 10 Min sitzen mit „hängenden“ Beinen) aufsteigend bis zu den Knien bzw. Oberschenkeln und
  - in den Armen (z. B. nach ca. 10 Min. sitzen am Esstisch mit aufgelegten Unterarmen) führt zu Taubheitsgefühlen/Kribbeln in den Fingern aufsteigend über die Hände bis zu den Oberarmen/Schultern
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- deutliche Besserung der „Verdauungs- und Darmproblematik“
- ...

#### **Mai 2017:**

##### **Beginn einer Verhaltenstherapie**

- Diagnosen im Konsiliarbericht zur Aufnahme einer Psychotherapie:
  - toxische neuromuskuläre Krankheiten (G.70.1),
  - Anpassungsstörung (F43.2 +G),
  - Chronisches Müdigkeitssyndrom (G93.3+G),
  - chronisches Schmerzsyndrom (R52.2+G);
  - psychiatrische Abklärung nicht erforderlich,
  - ärztliche Mitbehandlung wegen Schmerztherapie erforderlich
- erstmaliges Radfahren (700 m) nach 9 Monaten führt zu völliger Erschöpfung und Ganzkörper-Schmerzen
- Spaziergänge/Gehen bis zu 10 Min. möglich

- Tragen von geschlossenen Schuhen ist sehr schmerzhaft und führt verstärkt zu Empfindungsstörungen, brennenden Muskelschmerzen, Taubheitsgefühlen in den Füßen (teilweise aufsteigend bis zu den Knien während des Gehens)
- Einkaufen und nur unter größter Anstrengung möglich (kurze Wege max. 10 Min., kleine Mengen bis 4 kg können im Rucksack getragen, jedoch nicht gehoben werden),
- Haushaltsführung immer noch extrem eingeschränkt (saugen, putzen nicht möglich)
- Hitze-/Wärmeempfindlichkeit (warme Temperaturen, Sonneneinstrahlung, warme Dusche u. ä.) führt zu massiver Zunahme der „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen: Ameisenkribbeln in Beinen und Armen
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- nach wie vor Schmerzen in allen vorgenannten Sehnen und den Plantarfaszien beidseits
- ...

#### **Juni 2017:**

**Ende des Monats: Beginn der beruflichen Wiedereingliederung mit zwei Stunden täglich**

**→ Steigerung bis Mitte August auf sechs Stunden täglich**

- Spaziergänge/Gehen bis zu 15 Min. (mit Pausen) möglich
- Koordinationsprobleme bei längerem Gehen
- auffallend am Arbeitsplatz:
  - Konzentrationsprobleme,
  - häufige Wortfindungsstörungen,
  - starke Schmerzen beim Treppen abwärts gehen,
  - sitzen am Schreibtisch max. 30 Min. möglich,
  - stark verlangsamte Aufnahmefähigkeit und Lösungsfindung bei beruflichen Problemstellungen,
  - „Löcher in die Luft starren“ wegen physischer und psychischer Erschöpfung
- nach wie vor Schmerzen in allen vorgenannten Sehnen und den Plantarfaszien beidseits
- Hitze-/Wärmeempfindlichkeit (warme Temperaturen, Sonneneinstrahlung, warme Dusche u. ä.) führt zu massiver Zunahme der „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen: Ameisenkribbeln in Beinen und Armen
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- Änderungsantrag auf GdB 60 + G (bereits bestehend 30 %)
- ...

#### **Juli 2017:**

**Beginn tägliches Radfahren als Fortbewegungsmittel (bis zu 2 km) zur Entlastung der Achillessehnen und Plantarfaszien**

- Auftreten von starken Schmerzen in den Handgelenken (z. B. beim Aufstützen auf dem Fahrradlenker bzw. beim Betätigen der Bremsen)
- Konzentrationsprobleme
- Koordinationsprobleme bei längerem Gehen
- Spaziergänge/Gehen bis zu 20 Min. (mit Pausen) möglich
- Konzertbesuch wegen extremer brennender Muskelschmerzen in den Beinen nach 30 Min. abgebrochen
- Hitze-/Wärmeempfindlichkeit (warme Temperaturen, Sonneneinstrahlung, warme Dusche u. ä.) führt zu massiver Zunahme der „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen: Ameisenkribbeln in Beinen und Armen
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- nach wie vor Schmerzen in allen vorgenannten Sehnen und den Plantarfaszien beidseits
- nach wie vor massive schmerzbedingte Bewegungseinschränkungen und „Verlangsamung“
- Genehmigung des Antrages auf Verhaltenstherapie im Umfang von 60 Stunden (Langzeittherapie) durch den MDK

- Diagnosen:
  - chronische Schmerzstörung mit somatischen und psychischen Faktoren (F45.41)
  - Angst und depressive Störung gemischt (F41.2)
- ...

## **August 2017**

### **Beginn leichtes Gesundheitstraining an Geräten unter Anleitung in einer Praxis für Physiotherapie**

- wöchentlich zwei Übungseinheiten à 60 Min; nach der 3. Übungseinheit (Gewichtheben mit einer 1 kg-Hantel) starke Schmerzen im Bereich des rechten Oberarms bzw. Schultergelenkes;
- erneut Vorstellung beim Facharzt für Orthopädie: Sonografie des Schultergelenkes o. B.; Injektion von Cortison wg. befürchteter UAW auf das bereits vorgeschädigte Gewebe abgelehnt
- Beschwerden im Oberarm/in der Schulter bestehen bis heute (Stand 20.11.2017)
  - von der behandelnden Physiotherapeutin wird seit 10/2017 eine Schädigung der Bizepssehne vermutet
- Hitze-/Wärmeempfindlichkeit (warme Temperaturen, Sonneneinstrahlung, warme Dusche u. ä.) führt zu massiver Zunahme der „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen: Ameisenkribbeln in Beinen und Armen
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- nach wie vor Schmerzen in allen vorgenannten Sehnen und den Plantarfaszien beidseits
- nach wie vor massive schmerzbedingte Bewegungseinschränkungen und „Verlangsamung“
- weiterhin starke „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen:
  - Ameisenkribbeln, Taubheitsgefühle in den Beinen teilweise aufsteigend bis zu den Knien bzw. Oberschenkeln und
  - sitzen am Schreibtisch führt zu Taubheitsgefühlen/Kribbeln in den Fingern aufsteigend über die Hände bis zu den Oberarmen/Schultern
- Verordnung von Morphin zur Schmerztherapie
- nach Absprachen mit der Psychotherapeutin u. a. wird zunächst ein Behandlungsversuch mit Cannabisöl (Wirkstoff: CBD) erprobt
  - tägliche Dosierung beginnend mit: 4 mg - 0 - 4 mg
- ...

## **September 2017:**

### **Aufnahme der beruflichen Tätigkeit mit reduzierter Stundenzahl**

- bereits die längere Fahrtstrecke 2x pro Woche führt bei der Ankunft am Arbeitsort zu massiven Koordinationsproblemen insbesondere beim Gehen und Treppen steigen (aufwärts etwas weniger ausgeprägt, als abwärts),
- Türen öffnen, schreiben, schneiden, tragen, wischen u. ä. ist wegen Schmerzen, Muskeler schöpfung und Koordinationsproblemen teilweise nur eingeschränkt bzw. nur mit Hilfestellung möglich
- starke Geräuschempfindlichkeit
- Konzentrationsprobleme
- Hitze-/Wärmeempfindlichkeit (warme Temperaturen, Sonneneinstrahlung, warme Dusche u. ä.) führt zu massiver Zunahme der „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen: Ameisenkribbeln in Beinen und Armen
- täglich mehrmals (auch nachts) Kältepackungen für die Achillessehnen und kalte Umschläge mit Handtüchern an den Beinen und Armen bzw. kühle Dusche
- Freizeitsport bzw. -training oder leichte sportliche Dauerbelastung zum Erhalt der Gesundheit, zur Förderung der Kondition und zur Regulation des Körpergewichts ist nicht möglich, weil dadurch ein erneuter Schmerzschub im Anschluss provoziert wird
- nach wie vor Schmerzen in allen vorgenannten Sehnen und den Plantarfaszien beidseits
- Behandlungsversuch mit Vitamin B 12 und C intravenös bzw. subkutan
- bei Hitze/Wärme weiterhin massive Zunahme der „Nervenschmerzen“ bzw. brennenden Muskelschmerzen: Ameisenkribbeln in Beinen und Armen

- nach wie vor massive schmerzbedingte Bewegungseinschränkungen und „Verlangsamung“
- Steigerung der täglichen Dosierung Cannabisöl (Wirkstoff CBD): 8 mg - 0 - 8 mg
- ...

#### **Oktober 2017 (ein Jahr nach Einnahme von Levofloxacin):**

##### **erste (halbtägige berufliche) öffentliche Veranstaltung nach dem Wiedereinstieg**

- Fahrtzeit als Beifahrer mit dem Auto 1, 5 Stunden (einfach)
- brennende Schmerzen bzw. "Nadelstiche" in den Beinen bis Knie nach 30 Min. Fahrtzeit
  - Abbruch und Übergabe des Vortrages an Kollegium nach 60 Minuten,
  - extreme Erschöpfung und Schmerzen,
  - anschließendes gemeinsames Essen kaum möglich: Teller tragen, Besteck halten, Mahlzeit schneiden, Türen öffnen, Schraubverschluss einer Getränkeflasche öffnen usw. wird von Kollegen übernommen
- im Anschluss Arbeitsunfähigkeit für zwei Werktage wegen völliger Erschöpfung
- erneut Erkältung/Schnupfen
- Haushaltsführung immer noch nur eingeschränkt möglich (z. B. kein Putzen);
  - langsames (!) saugen einzelner Räumlichkeiten möglich,
  - allerdings Einschränkungen beim Tragen/Schieben/Ziehen z. B. des Staubsaugers
- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung) nach Genuss von gekochten, gesüßten/gesalzenen Speisen,
- leichte Besserung der allgemeinen Beschwerden durch sinkende Tagestemperaturen mit Beginn der kühleren Jahreszeit
- etwas nachlassende Nervenschmerzen (brennende Muskelschmerzen, „Ameisenkribbeln“), allerdings immer noch starke Berührungsempfindlichkeit, insbesondere das Bedecken der Beine ist nur mit einem Leintuch möglich
- Genuss von Kaffee, Schokolade, Fleisch (kein Schwein) und histaminreichen Lebensmitteln (nur Bioqualität) führt erneut zu Verstärkung der Ganzkörper-Schmerzen und wird (soweit im beruflichen Alltag möglich) gemieden bzw. eingeschränkt
- nach wie vor Schmerzen in allen vorgenannten Sehnen und den Plantarfaszien beidseits
- Nachtschlaf jedoch weniger häufig von Schmerzen unterbrochen
- starke Muskelverspannungen im Schulter-Nackenbereich
- nach wie vor massive schmerzbedingte Bewegungseinschränkungen und „Verlangsamung“ des Denkens
- Steigerung der täglichen Dosierung Cannabisöl (Wirkstoff CBD): 12 mg - 0 - 12 mg
- Änderungsantrag auf GdB wird beschieden mit 40 und setzt sich zusammen aus:
  - bereits bestehend 30 %
  - + zusätzlich Einzel-GdB 10: chronische Nasennebenhöhlenentzündung
- ...

#### **November 2017**

##### **erste Überlegungen zu weiterer Reduzierung der beruflichen Arbeitszeit bzw. Antrag auf Teilzeit**

- morgens nach dem Aufwachen Ganzkörper-Muskelschmerzen, Verkrampfung der Hände und Füße, immer noch deutliche Probleme beim Gehen wegen starken Schmerzen in den Plantarfaszien
- Schmerzen der Achillessehnen (jeweils beidseits) etwas gebessert
- das Öffnen von Schraubverschlüssen (Drehbewegung) und Türen (Drücken bzw. Ziehen), das Abstützen auf die Hände (z. B. auf dem Lenker beim Fahrradfahren) ist mit Schmerzen verbunden
- schreiben, schneiden, tragen, wischen u. ä. ist wegen Schmerzen, Muskelverkrampfung und Taubheitsgefühlen in den Händen und Fingern teilweise nur eingeschränkt bzw. nur mit Hilfestellung (z. B. KollegInnen, Familienmitglieder) möglich
- starke Geräuschempfindlichkeit
- Konzentrationsprobleme
- Haushaltsführung immer noch nur eingeschränkt möglich
- Freizeitaktivitäten entfallen (aufgrund der starken Anstrengungen, die mit dem beruflichen Wiedereinstieg verbunden sind) völlig
  - Tagesablauf beschränkt sich auf Essen - Arbeiten – Schlafen



- Sozial- und Familienleben nach wie vor massiv eingeschränkt
- Darmprobleme (Blähungen, Durchfall, Verstopfung) nach Genuss von gekochten, gesüßten/gesalzenen Speisen; Vermeidung von Kaffee, Schokolade, Fleisch
- nach wie vor Schmerzen in allen vorgenannten Sehnen und den Plantarfaszien beidseits
- immer noch starke Berührungsempfindlichkeit, insbesondere das Bedecken der Beine ist nur mit einem Leintuch bzw. überhaupt nicht möglich
- stetige Kühlung nachts (z. B. durch offenes Fenster auch bei niedrigen/herbstlichen Außentemperaturen) ist notwendig
- erneut Erkältung/Schnupfen
- starke Muskelverspannungen im Schulter-Nackebereich
- nach wie vor massive schmerzbedingte Bewegungseinschränkungen und „Verlangsamung“
- Tapen als Behandlungsversuch in der Physiotherapie:
  - Achillessehnen und Wadenmuskulatur beidseits,
  - Unter- und Oberarmmuskulatur/Bizepssehnen beidseits
  - Handgelenke beidseits,
  - Außer an den Handgelenken wird durch das Tapen keine Besserung der Beschwerden erzielt
- Erneut Vorstellung beim Facharzt für Orthopädie:
  - Verschreibung von Handgelenkorthesen beidseits führt zu Linderung der Schmerzen in den Handgelenken und Fingern
  - Behandlungsversuch der Achillessehne rechts mit Stoßwellentherapie (1 x wöchentlich, drei Wochen lang), beginnend Ende November
- Taubheitsgefühle bzw. Sensibilitätsstörungen in allen Extremitäten bestehen bis heute (Stand: 20.11.2017)
  - Fußsohlen und insbesondere Zehen bzw. Finger sind an manchen Tagen nicht „spürbar“
- Dosierung Cannabisöl (Wirkstoff CBD): jetzt nach Bedarf bis zu 16 mg/2 x täglich
  - Versuch: bis zu zwei Tage ohne CBD-Öl sind möglich, jedoch mit deutlich stärkeren körperlichen Einschränkungen und Schmerzen verbunden
- Widerspruch gegen den Änderungsbescheid aus dem Oktober über einen GdB von 40 mit Antrag auf Akteneinsicht
- Erneut Vorstellung beim Facharzt für Orthopädie:
  - Diagnose: Schleimbeutelentzündung, Schulter rechts

**Dezember 2017:**