Welche Nebenwirkungen " plagen " sehr häufig die PNP Patienten!						
1. Brennen in / an den Füßen			auch nachts im Bett			
2. Kribbeln	in/ an den Füßen					
3. unkoordiniertes Laufen / Gehen						
4. Gangunsicherheit						
5.Fallsucht durch sehr unsichres Gehen						
6.Krämpfe in den Beinen						
7.Schmerzen beim Laufen (wie Steine in den Schuhen					)	
8.Balanace halten sehr schwierig						
9.kalte / heiße Füße		Hände ebenfalls teilweise sehr kalt				
10. Hände greifen nicht mehr richtig fest, manchen fällt auf den Boden						
Wie oft Tag treten diese Nebenwirkungen auf ?						
1. in Intervallen		stundenweise/ Tagesweise				
2. teilweise sehr häufig			unangenehm			
3. täglich zu spüren			manchmal sehr heftig			
Was tut man dagegen?						
1. Wassergymnastik		Wassertreten				
2. Physiotherapie		Fußreflexmassage		Lymphdrainage		
3. Wasserstrahl (mit hohem Druck) auf die Fußsohlen bringen						
4. Bei Bein-/ Wadenkrämpfen,(eingelegte saure Gurken 2-3 kleine Essen.)						