

- 6 **Liebe Leserin, lieber Leser**
- 8 **Eine MCAD erkennen und verstehen**
- 9 **Mastzellen sind Teil des Immunsystems**
  - 9 Mastzellen haben eine zentrale Rolle im Immunsystem
  - 10 Die Mastzelle: ein Steckbrief
- 14 **Symptome, Ursachen und Verlauf einer MCAD**
  - 15 Welche Varianten der MCAD gibt es?
  - 16 Symptomatik der MCAD
  - 19 Was ist über die Ursachen bekannt?
  - 20 Mastzellmutationen sind fast immer somatisch
  - 22 Kann eine MCAD mit Autismus, POTS und EDS zusammenhängen?
  - 23 Die MCAD als epigenetische Erkrankung
  - 23 FAQs zu assoziierten Erkrankungen
  - 25 Wie verläuft eine MCAD?
  - 26 Eine MCAD im Kindesalter
  - 27 MCAD und Kinderwunsch bzw. Schwangerschaft
- 28 **Die Diagnosestellung einer MCAD**
  - 28 Checkliste zur Feststellung eines Mastzellmediatorfreisetzungssyndroms
  - 29 Untersuchungen und Tests zur Diagnosesicherung
  - 30 Diagnosebogen zur Feststellung einer MCAD bzw. einer SM
  - 32 FAQs zur Diagnostik
- 38 **Therapie und Lebensführung**
  - 39 **Die medikamentöse Behandlung der MCAD**
    - 39 Anpassung der Ernährung
    - 40 Basistherapie zur Hemmung der Mastzellaktivität
    - 42 Vorgehen zum Finden der individuellen Basistherapie
    - 43 Weitere Therapieoptionen zur Hemmung der Mastzellaktivität
    - 44 Behandlung der MCAD-Symptome
    - 46 Kontraindizierte Medikamente bei einer MCAD
    - 47 FAQs zur medikamentösen Therapie
  - 50 **Den Lebensstil anpassen**
    - 52 Idealerweise führen Sie ein eher ruhiges Leben
    - 52 Meiden Sie Ihre individuellen Auslöser
    - 53 MCAD-bedingte Bauchschmerzen
    - 54 Intensive Stimulation des Immunsystems vermeiden
    - 55 Welche Sportarten sind geeignet und welche eher nicht?
    - 55 Wie ist es möglich, Muskeln aufzubauen?
    - 56 Ein Sprung in kaltes Wasser und Reizklima
    - 56 Wenn das Umfeld die MCAD nicht ernst nimmt
    - 57 Die Ernährung anpassen
    - 60 Allergische Reaktionen auf Nahrungsmittel
    - 60 Nahrungsmittelintoleranzen
    - 61 Histaminintoleranz
    - 62 Fruchtzuckerintoleranz
    - 62 Glutenunverträglichkeit
  - 63 **Impfungen, operative Eingriffe, Komorbidität und Notfall**
    - 63 Was Sie über Impfungen wissen sollten
    - 66 Covid-19-Impfung bei einer MCAD
    - 67 Operative Behandlung von Mastzell-erkrankten
    - 68 Schmerztherapie bei einer MCAD
    - 69 MCAD und zahnärztliche Behandlung
    - 70 Was tun bei Husten, Schnupfen, Heiserkeit?

- 71 MCAD und Antibiotikatherapie
- 71 Hilfe für den Notfall
- 72 Schilddrüsenerkrankung: Thyroxin als möglicher Trigger
- 73 Therapie von Blutarmut und anderen Veränderungen im Blutbild
- 75 Ist eine therapeutische Apherese bei MCAD sinnvoll?
  
- 77 **Behinderungsgrad, Off-Label-Use und Cannabis**
  
- 78 **Anspruch auf sozialmedizinische Leistungen**
- 78 Wenn die MCAD das Leben stark einschränkt
- 79 Was man zum Grad der Behinderung wissen muss
- 79 Wie ist der GdB bei einer MCAD einzustufen?
- 81 Praktische Hinweise zum Ausfüllen des GdB-Antrags
- 81 Wie geht es weiter?

- 82 Vor dem Sozialgericht klagen
- 83 Eine Erwerbsminderungsrente beantragen
- 84 Pflegegrad: Tipps für die MDK-Begutachtung
  
- 86 **Off-Label-Use und Cannabis-Therapie**
- 86 Welche Medikamente bezahlt die Krankenkasse?
- 88 Einsatz von medizinischem Cannabis zur MCAD-Therapie
- 88 Wann darf Cannabis verordnet werden?
- 89 Anwendung von medizinischen Cannabis-sativa-Blüten
- 91 Abbau und Nachweis von THC
- 91 Dürfen Patienten unter Cannabistherapie Auto fahren?
  
- 93 **Ausblick**
  
- 95 **Quellenangaben**
  
- 96 **Stichwortverzeichnis**