

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	17
I Einführung in die Sportpsychiatrie und -psychotherapie	19
1 Sportpsychiatrie und -psychotherapie	23
<i>Malte Christian Claussen</i>	
1.1 Entwicklung der Sportpsychiatrie und -psychotherapie	24
1.2 Fachgesellschaften und Netzwerke	25
1.3 Aus-, Weiter- und Fortbildung	26
1.4 Ausblick	26
2 Sport und Bewegung bei psychischen Erkrankungen	29
<i>Malte Christian Claussen, Ulrich Michael Hemmeyer, Carlos-Bernhard Gonzalez Hofmann</i>	
2.1 Sport, Bewegung und körperliche Aktivität	30
2.2 Geschichte der Sport- und Bewegungstherapie	31
2.3 Sport und Bewegung bei körperlichen Erkrankungen	33
2.4 Sport und Bewegung bei psychischen Erkrankungen	34
2.5 Voraussetzungen, Limitationen und Kontraindikationen für den Einsatz von Sport und Bewegung	37
2.6 Wirkfaktoren von Sport und Bewegung	38
2.7 Psychische Erkrankungen im Kontext von Sport und Bewegung	38
2.8 Sport und Bewegung in der Prävention	39
2.9 Fachpersonen in der Organisation und Durchführung von Sport und Bewegung	40
2.10 Ausblick	40
3 Sport und Bewegung, Ethik und Recht	47
<i>Carlos-Bernhard Gonzalez Hofmann, Ulrich Michael Hemmeyer, Malte Christian Claussen</i>	
3.1 Rechtliche Grundlagen ärztlichen Handelns	48
3.2 Ethische und rechtliche Spannungsfelder	52

Inhaltsverzeichnis

3.3 Besondere Aspekte bei Kindern und Jugendlichen 52

3.4 Zwangsmaßnahmen, Sport und Bewegung 53

II Wirkfaktoren von Sport und Bewegung 55

4 Biologische Wirkfaktoren 57
Andres Ricardo Schneeberger, Urs Kohlhaas, Karsten Henkel

4.1 Parameter und Kenngrößen von Bewegungsabläufen 57

4.2 Effekte auf das Gehirn 59

4.3 Effekte auf Neurotransmitter 60

4.4 Effekte auf die Energieversorgung des Gehirns 61

4.5 Effekte auf die zerebrale Durchblutung und das Gefäßsystem 61

4.6 Effekte auf zerebrale Wachstums- und Entzündungsfaktoren 62

4.7 Zusammenfassung 63

5 Psychische und soziale Wirkfaktoren 67
Sabina Heuss, Andres Ricardo Schneeberger, Ulrich Michael Hemmeter

5.1 Psychische Wirkfaktoren 67

5.2 Soziale Wirkfaktoren 70

5.3 Zusammenfassung 72

III Grundlagen der Therapie psychischer Erkrankungen 77

6 Therapie psychischer Erkrankungen [Auswahl] 79
Rahul Gupta, Andres Ricardo Schneeberger

6.1 Substanzgebrauchsstörungen 79

6.2 Schizophrenie und andere Psychosen 81

6.3 Depressionen 82

6.4 Bipolar-affektive Störungen 83

6.5 Angststörungen 85

6.6 Traumafolgestörungen 85

6.7 Essstörungen 86

6.8 Persönlichkeitsstörungen 87

6.9 Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) 89

IV Sport und Bewegung sowie weitere Behandlungsverfahren in der Therapie psychischer Erkrankungen	95
7 Grundlagen und Praxis der Sportmedizin: Voraussetzungen und Kontraindikationen für Sport und Bewegung	97
<i>Stefan Fröhlich, Johannes Scherr</i>	
7.1 Kardiovaskuläre Aspekte	98
7.2 Pulmonale Aspekte	99
7.3 Infektiologische Aspekte	99
7.4 Anthropometrische und metabolische Aspekte	100
7.5 Aspekte des Bewegungsapparats	100
7.6 Neurologische Aspekte	101
7.7 Pharmakotherapie	101
7.8 Weitere Kontraindikationen	101
7.9 Zusammenfassung	102
8 Sport- und Bewegungsverfahren	103
<i>Annette Beatrix Brühl</i>	
8.1 „Lifestyle-Psychiatrie“	104
8.2 Definitionen	104
8.3 Formen von Sport und Bewegung	105
8.4 Wirksamkeit	108
8.5 Zusammenfassung	109
9 Physikalische Verfahren	113
<i>Annette Beatrix Brühl</i>	
9.1 Lichttherapie	113
9.2 Physikalische Therapien	115
9.3 Massagetherapien	116
9.4 Zusammenfassung	118
10 Sport, Bewegung und Psychotherapie	121
<i>Moritz Bruno Petzold, Antonia Bendau, Jens Plag, Andreas Ströhle</i>	
10.1 Allgemeine Gesundheitsförderung	121
10.2 Umgang mit unerwünschten Wirkungen der Pharmakotherapie	122
10.3 Sport und Bewegung als Behandlungsverfahren	123
10.4 Spezifische Intervention im Rahmen der Gesamtbehandlung	123
10.5 Sport und Bewegung als Augmentationsverfahren	124
10.6 Integration von Sport und Bewegung in die psychotherapeutische Behandlung	126

Inhaltsverzeichnis

10.7	Psychoedukation	129
10.8	Unterstützung bei der Aufnahme von Sport und Bewegung	129
10.9	Zusammenfassung	134
11	Sport, Bewegung und Psychopharmakotherapie	139
	<i>Astrid Röh, Alkomiet Hasan</i>	
11.1	Verschreibung	139
11.2	Leistungssteigerung und Doping	141
11.3	Sicherheitsrisiken	141
11.4	Zusammenfassung	142
V	Entspannungs- und Imaginationsverfahren	147
12	Entspannungsverfahren	149
	<i>Ralph Erich Schmidt, Rainer Krähenmann</i>	
12.1	Progressive Muskelrelaxation	149
12.2	Autogenes Training	150
12.3	Achtsamkeitstraining	152
12.4	Hypnose	154
12.5	Biofeedback	156
12.6	Zusammenfassung	157
13	Imaginationsverfahren	163
	<i>Stephan Detert, Rainer Krähenmann, Ralph Erich Schmidt</i>	
13.1	Therapeutische Imaginationsverfahren	163
13.2	Imaginationsverfahren im Sport	164
13.3	Therapeutische Anwendung von Imaginationsverfahren	166
13.4	Zusammenfassung	167
VI	Sport und Bewegung bei psychischen Erkrankungen [Auswahl]	171
14	Altersdepressionen, leichte kognitive Störungen und Demenzen	173
	<i>Ulrich Michael Hemmeter, Theofanis Ngamsri, Karsten Henkel</i>	
14.1	Epidemiologie	174
14.2	Ätiopathogenese	174
14.3	Symptomatologie	175
14.4	Diagnose und Differenzialdiagnostik	176
14.5	Komorbiditäten	177

14.6	Therapie	177
14.7	Sport und Bewegung in der Therapie	178
14.8	Sport und Bewegung in der Prävention	180
14.9	Zusammenfassung	181
15	Kopfverletzungen	187
	<i>Karsten Henkel, Laura Obexer</i>	
15.1	Symptomatologie	187
15.2	Ätiopathogenese	188
15.3	Differenzialdiagnostik	188
15.4	Affektive Störungen und Angststörungen	188
15.5	Kognitive Störungen	190
15.6	Kopfschmerzen und Schwindel	191
15.7	Sport und Bewegung in der Therapie	191
15.8	Sport und Bewegung in der klinischen Praxis	193
16	Substanzgebrauchsstörungen	201
	<i>Theofanis Ngamsri, Seraina Steiger, Ulrich Michael Hemmeter</i>	
16.1	Epidemiologie	201
16.2	Ätiopathogenese	201
16.3	Diagnose	202
16.4	Komorbiditäten	202
16.5	Therapie	202
16.6	Sport und Bewegung in der Therapie	203
16.7	Nicht substanzgebundene Süchte und pathologisches Spielen	205
16.8	Sport- und Bewegungssucht	205
16.9	Zusammenfassung	206
17	Schizophrenie und andere Psychosen	209
	<i>Astrid Röh, Alkomiet Hasan</i>	
17.1	Epidemiologie	209
17.2	Ätiopathogenese	209
17.3	Symptomatologie	209
17.4	Diagnose und Differenzialdiagnostik	210
17.5	Komorbiditäten	210
17.6	Therapie	210
17.7	Sport und Bewegung in der Therapie	210

17.8 Verlauf und Prävention 212

17.9 Sport und Bewegung in der Prävention 212

17.10 Zusammenfassung 213

18 Depressionen und bipolar-affektive Störungen 217
Christian Imboden, Markus Gerber

18.1 Epidemiologie 217

18.2 Symptomatologie 217

18.3 Diagnose und Differenzialdiagnostik 218

18.4 Therapie 218

18.5 Sport und Bewegung in der Therapie 219

18.6 Verlauf und Prävention 222

18.7 Sport und Bewegung in der Prävention 223

18.8 Zusammenfassung 225

19 Angststörungen 233
Jens Plag, Moritz Bruno Petzold, Antonia Bendau, Andreas Ströhle

19.1 Diagnose, Symptomatologie und Epidemiologie 233

19.2 Therapie 233

19.3 Sport und Bewegung in der Therapie 235

19.4 Sport und Bewegung in der klinischen Praxis 244

19.5 Zusammenfassung 246

20 Zwangsstörungen 251
Jens Plag, Antonia Bendau, Moritz Bruno Petzold, Andreas Ströhle

20.1 Epidemiologie 251

20.2 Ätiopathogenese 251

20.3 Therapie 252

20.4 Sport und Bewegung in der Therapie und Prävention 253

20.5 Sport und Bewegung in der klinischen Praxis 255

20.6 Zusammenfassung 256

21 Traumafolgestörungen 259
Judith Rohde

21.1 Differenzialdiagnostik und Epidemiologie 259

21.2 Symptomatologie und Komorbiditäten 260

21.3 Diagnostik 261

21.4 Therapie 261

21.5	Sport und Bewegung in der Therapie	261
21.6	Zusammenfassung	262
22	Schmerzstörungen	267
	<i>Pia-Maria Wippert, Linn Kristina Köhl, Roland von Känel</i>	
22.1	Klassifikation	267
22.2	Epidemiologie	268
22.3	Ätiopathogenese und Bewegungsmangel	270
22.4	Symptomatologie	271
22.5	Diagnose und Differenzialdiagnostik	271
22.6	Komorbiditäten	272
22.7	Therapie	273
22.8	Sport und Bewegung in der Therapie	273
22.9	Prävention	277
22.10	Sport und Bewegung in der Prävention	277
23	Essstörungen	281
	<i>Andrea Wyssen, Robin Halioua, Simone Munsch</i>	
23.1	Epidemiologie	282
23.2	Diagnose und Symptomatologie	282
23.3	Ätiopathogenese	282
23.4	Diagnostik	285
23.5	Differenzialdiagnostik und Komorbiditäten	287
23.6	Sport und Bewegung in der Therapie	288
23.7	Sport und Bewegung in der Prävention	290
23.8	Zusammenfassung	292
24	Schlafstörungen	297
	<i>Ulrich Michael Hemmeter, Theofanis Ngamsri</i>	
24.1	Epidemiologie	298
24.2	Ätiopathogenese	298
24.3	Symptomatologie	300
24.4	Diagnose und Differenzialdiagnostik	300
24.5	Komorbiditäten	301
24.6	Therapie	301
24.7	Sport und Bewegung in der Therapie und Prävention	302
24.8	Zusammenfassung	303

25	Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen	305
	<i>Theofanis Ngamsri, Achudhan Karunaharamoorthy, Daniela Sinsel, Ulrich Michael Hemmeter</i>	
25.1	Epidemiologie	305
25.2	Ätiopathogenese	306
25.3	Symptomatologie und Diagnose	307
25.4	Komorbiditäten	308
25.5	Therapie	308
25.6	Sport und Bewegung in der Therapie und Prävention	309
	Entwicklungsstörungen	315
26	Autismusspektrumstörungen	317
	<i>Marc Allroggen</i>	
26.1	Ätiopathogenese und Symptomatologie	317
26.2	Diagnostik	318
26.3	Therapie	318
26.4	Sport und Bewegung in der Therapie	318
27	Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS)	321
	<i>Carlos-Bernhard Gonzalez Hofmann, Marcel Ivan Raas, Kurt von Siebenthal</i>	
27.1	Epidemiologie	321
27.2	Ätiopathogenese	321
27.3	Diagnostik und Diagnose	321
27.4	Komorbiditäten	323
27.5	Symptomatologie	323
27.6	Therapie	325
27.7	Sport und Bewegung in der Therapie	326
28	Störung des Sozialverhaltens (SSV), Störung mit oppositionellem Trotzverhalten (SOT) und intermittierende explosible Störung (IES)	333
	<i>Carlos-Bernhard Gonzalez Hofmann, Marcel Ivan Raas, Kurt von Siebenthal</i>	
28.1	Epidemiologie	334
28.2	Ätiopathogenese	334
28.3	Diagnose und Diagnostik	334
28.4	Komorbiditäten	336
28.5	Symptomatologie	336
28.6	Therapie	336
28.7	Sport und Bewegung in der Therapie	337

VII Sport und Bewegung und psychische Gesundheit über die Lebenszeit	341
29 Grundlagen der Prävention psychischer Erkrankungen	343
<i>Eva-Maria Pichler</i>	
29.1 Epidemiologie und Ätiopathogenese	344
29.2 Bewegungsmangel	345
29.3 Lebensqualität	347
29.4 Soziale und volkswirtschaftliche Aspekte	348
29.5 Initiativen und Definitionen	349
29.6 Konzepte	350
29.7 Ansätze	351
29.8 Zusammenfassung	354
30 Geschlechtsspezifische Aspekte	359
<i>Laura Marianne Wild, Ute Habel</i>	
30.1 Gesundheitsverhalten	359
30.2 Sport- und Bewegungsstatistik	360
30.3 Sportartenpräferenz	361
30.4 Zusammenfassung	362
31 Kinder und Jugendliche	365
<i>Marc Allroggen</i>	
31.1 Grundlagen und Versorgungssituation	365
31.2 Sport und Bewegung in der Prävention	367
31.3 Sport und Bewegung in der Therapie	368
31.4 Motorische Fertigkeiten	369
31.5 Zusammenfassung	370
32 Alter und Altern	375
<i>Ulrich Michael Hemmeter, Theofanis Ngamsri, Karsten Henkel</i>	
32.1 Demografischer Wandel	376
32.2 Sport- und Bewegungsstatistik	377
32.3 Pathophysiologie	377
32.4 Sport und Bewegung in der Praxis	380
32.5 Empfehlungen	381
32.6 Zusammenfassung	381

33	Menschen mit körperlichen und psychischen Beeinträchtigungen	385
	<i>Martina Langer, Nikolai Kiselev, Phil Jungen</i>	
33.1	Sport, Bewegung und psychische Gesundheit	385
33.2	Behindertensport in der Schweiz	386
33.3	Sport und Bewegung im Alltag	387
33.4	Bottom-up und Top-down	389
33.5	Sportmotorisches Konzept	389
33.6	Sport- und Bewegungsangebote	391
33.7	Komorbiditäten	394
33.8	Weitere Aspekte von Sport und Bewegung im Alltag	394
33.9	Weitere Entwicklungen	397
34	Kognition, Sport und Bewegung	403
	<i>Alexander Schorb, Andreas Kaiser, Ralf Santelli, Günter Schiepek</i>	
34.1	Teilbereiche der Kognition	403
34.2	Biopsychologische Korrelate	406
34.3	Effekte von Sport und Bewegung	407
34.4	Zusammenfassung	411
VIII	Bergsport	415
	<i>Christian Mikutta, Thomas Jörg Müller</i>	
35	Therapeutisches Klettern	419
	<i>Christian Mikutta, Thomas Jörg Müller</i>	
35.1	Grundlagen	419
35.2	Klettern in der Therapie psychischer Erkrankungen	420
35.3	Zusammenfassung	421
IX	Sportspezifische psychische Erkrankungen im Freizeitsport	423
36	Gestörtes Essverhalten und Essstörungen	425
	<i>Andrea Wyssen, Robin Halioua, Simone Munsch</i>	
36.1	Epidemiologie	426
36.2	Symptomatologie und Diagnose	426
36.3	Ätiopathogenese	426
36.4	Sport und Bewegung als ätiologischer Faktor	431
36.5	Diagnostik	433
36.6	Differenzialdiagnostik und Komorbiditäten	434

36.7	Therapie	434
36.8	Sport und Bewegung in der Therapie	436
36.9	Prävention	437
36.10	Zusammenfassung	438
37	Muskeldysmorphie	443
	<i>Robin Halioua, Yannis Karrer, Andrea Wyssen, Simone Munsch</i>	
37.1	Epidemiologie	443
37.2	Diagnose und Symptomatologie	444
37.3	Ätiopathogenese	447
37.4	Abgrenzung zum Bodybuilding	450
37.5	Diagnostik	451
37.6	Differenzialdiagnostik	452
37.7	Komorbiditäten	453
37.8	Therapie	453
37.9	Zusammenfassung	455
38	Image and Performance Enhancing Drugs (IPED)	461
	<i>Samuel Iff, Ingo Butzke</i>	
38.1	Epidemiologie	461
38.2	Ätiopathogenese	463
38.3	Diagnose und Differenzialdiagnostik	465
38.4	Symptomatologie	466
38.5	Therapie	469
38.6	Prävention	471
38.7	Zusammenfassung	472
39	Sport- und Bewegungssucht	477
	<i>Flora Colledge, Marc Walter</i>	
39.1	Sport, Bewegung und psychische Gesundheit	477
39.2	Diagnose	478
39.3	Symptomatologie	479
39.4	Differenzialdiagnostik und Komorbiditäten	480
39.5	Therapie	481
39.6	Übertraining	482
39.7	Sport und Bewegung in der Therapie	483
39.8	Prävention	484
39.9	Zusammenfassung	484

Inhaltsverzeichnis

Anhang	489
Sportpsychiatrie und -psychotherapie: Fachgesellschaften und Netzwerke	491
Abkürzungsverzeichnis	492
Autorinnen und Autoren	494
Sachwortverzeichnis	499