

Inhaltsverzeichnis

I Grundlagen und Gedanken zur Entstehung und Diagnostik

1	Einleitung	3
	Literatur.....	10
2	Mechanismus der Chronifizierung	11
2.1	Psychisches Erleben und Schmerz-Chronifizierung	13
2.2	Neuroplastizität und Chronifizierung.....	14
	Literatur.....	15
3	Diagnostik	17
	Literatur.....	20
4	Epidemiologie	23
	Literatur.....	24
5	Kulturspezifische Aspekte des Schmerzerlebens	25
	Literatur.....	28
6	Konzepte – Chronifizierung von Schmerzen	29
6.1	Psychodynamisches Konzept.....	30
6.2	Bio-psycho-soziales Konzept	30
6.3	Prävention	33
	Literatur.....	33

II Krankheitsbilder

7	Kopfschmerz	37
7.1	Sekundärer Kopfschmerz	39
7.1.1	Sinusvenenthrombose (SVT)	40
7.1.2	Zerebraler Insult und Hirnblutung (intrazerebrale Blutung – ICB).....	43
7.1.3	Entzündliche Erkrankungen des ZNS	44
7.2	Primärer Kopfschmerz	46
7.2.1	Migräne	46
7.2.2	Kopfschmerz vom Spannungstyp	65
7.2.3	Trigemino-autonome Kopfschmerzerkrankungen.....	68
7.2.4	Medikamenteninduzierter Kopfschmerz.....	71
7.3	Gesichtsschmerz	74
7.3.1	Mögliche Schmerzlokalisationen	74
7.3.2	Schmerzformen	74
	Literatur.....	76

8	Rückenschmerz	79
8.1	Epidemiologie	80
8.2	Diagnostik	80
8.2.1	Radikulärer Schmerz	80
8.2.2	Pseudoradikulärer Schmerz	81
8.2.3	Neuropathischer Schmerz	81
8.3	Prädiktoren für die Entwicklung eines chronischen Schmerzsyndroms	82
8.4	Ätiologie	82
8.5	Therapie	84
	Literatur.....	85
9	Fibromyalgie	87
9.1	Symptomatik	88
9.2	Definitionen	88
9.3	Pathogenese	88
9.4	Risikofaktoren	89
9.5	Therapie	90
	Literatur.....	91
10	Visceralschmerz	93
10.1	Anamnese	94
10.2	Diagnostik	94
10.3	Therapie	94
	Literatur.....	96
11	Ischämischer Schmerz	97
11.1	Pathogenese	98
11.2	Diagnostik	98
11.3	Differentialdiagnostik	98
11.4	Therapie	99
	Literatur.....	99
12	Schmerz bei neurologischen Erkrankungen	101
12.1	M. Parkinson	102
12.2	Multiple Sklerose (MS)	102
12.3	Zentraler Schmerz nach Insult – »thalamischer Schmerz«	103
12.4	Post-Zoster-Neuralgie	103
12.4.1	Symptome	103
12.4.2	Therapie	103
12.4.3	Pathogenese	104
12.4.4	Prognose	104
	Literatur.....	104
13	Neuropathische Schmerzsyndrome	105
13.1	Polyneuropathien	106
13.2	Guillain-Barre-Syndrom	106
13.3	Komplexes regionales Schmerzsyndrom (CRPS)	107
13.3.1	Definition	107
13.3.2	Symptomatik	107

13.3.3	Diagnostik	109
13.3.4	Pathogenese	109
13.3.5	Therapie	110
	Literatur	110
14	Osteoporose	113
14.1	Symptomatik	114
14.2	Diagnostik	114
14.3	Therapie	114
14.3.1	Heilgymnastik	114
14.3.2	Ernährungsberatung	114
14.3.3	Medikamentöse Therapie	115
14.3.4	Chirurgische Interventionen	115
15	Phantomschmerz	117
15.1	Symptomatik	118
15.2	Pathogenese	118
15.3	Epidemiologie	118
15.4	Therapie	119
	Literatur	119
16	Zentrale Schmerzen	121
16.1	Symptomatik	122
16.2	Pathogenese	122
16.3	Therapie	122
	Literatur	123
17	Tumorschmerz	125
17.1	Epidemiologie	126
17.2	Arten von Tumorschmerz	126
17.3	Therapie	127
18	Schmerztherapie im Alter	129
18.1	Epidemiologie	130
18.2	Problemfaktoren	130
18.3	Anamnese	130
18.4	Medikamentöse Schmerztherapie	131
18.5	Nicht-medikamentöse Schmerztherapie	131
	Literatur	132
19	Palliativmedizin	133
	Literatur	134
20	Somatic Symptom and Related Disorders	135
20.1	Begriff	136
20.2	Chronifizierung	136
20.3	Tests	137
20.4	Krankheitsverhalten	137

20.4.1	Hypochondrie	137
20.4.2	Neurasthenie	140
20.4.3	Chronisches Müdigkeitssyndrom – chronic fatigue Syndrome (CFS)	140
20.4.4	Umweltbezogene Körperbeschwerden – multiple chemical Sensivity (MCS)	142
20.5	Prävalenz	143
20.6	Prognose und Verlauf	143
20.7	Differenzialdiagnosen	144
20.8	Komorbidität	144
20.9	Biologische Aspekte	145
20.10	Maßgebliche Faktoren	146
20.11	Therapieansätze	148
	Literatur	148
21	Krankheitsangst bei bestehenden schweren Erkrankungen	151

III Interdisziplinäre und multimodale Behandlungsmethoden

22	Psychotherapie	155
22.1	Verhaltenstherapeutischer Therapieansatz	158
22.1.1	Klärung – Die Verhaltensanalyse (VA)	159
22.1.2	Ressourcenaktivierung	160
22.1.3	Therapieverfahren	164
22.2	Hypnose	185
22.2.1	Hypnotische Schmerzkontrolle	186
22.2.2	Selbsthypnose	186
22.2.3	Aufmerksamkeitsfokussierung	187
22.3	Körperorientierte Verfahren	188
22.3.1	Körperpsychotherapie	189
22.3.2	Körpertherapien	192
22.4	Ablenkung	194
22.4.1	Äußere Ablenkung bei Schmerz	194
22.4.2	Innere Ablenkung bei Schmerz	195
22.5	Achtsamkeit	196
22.5.1	Schritte der Achtsamkeit	197
22.5.2	Anwendungsmöglichkeiten	198
22.6	MBSR nach Kabat-Zinn	200
22.6.1	MBSR-Methode	200
22.6.2	Mindfulness-based cognitive Therapy (MBCT)	201
22.7	Biofeedback	201
22.8	Euthyme Verfahren – Genusstraining	201
22.9	Trauma, Beziehungsmuster und Schmerz	202
22.9.1	Schmerz als Trauma	202
22.9.2	Biographische Traumata	203
22.9.3	Bindung und Trauma	203
22.9.4	Neurobiologische Faktoren	204
22.10	Auszug aus dem Skills-Training	205
22.10.1	Achtsamkeit	206
22.10.2	Emotionsregulation	206

22.10.3	Stresstoleranz	206
22.10.4	Zwischenmenschliche Skills	207
22.10.5	Selbstwert	208
22.11	Atemtherapie	208
22.12	Musiktherapie	210
	Literatur	212
23	Neuromodulation	215
23.1	Intrathekale Gabe von Medikamenten	216
23.1.1	Epidurale Rückenmarksstimulation (Spinal-Cord-Stimulation – SCS)	216
23.1.2	Periphere Nervenstimulation (PNS)	217
23.1.3	Computertomographisch oder ultraschallgesteuerte Nervenwurzelblockaden	217
23.1.4	Thermokoagulation des Ganglion Gasseri	217
23.1.5	Motor-Kortex-Stimulation (MCS)	218
23.1.6	Tiefenhirnstimulation	218
23.1.7	Thalamusstimulation	219
23.1.8	Transkranielle Magnetstimulation (TMS)	219
23.1.9	Neurolyse	220
	Literatur	220
24	Elektrotherapie	221
24.1	TENS	222
24.2	Elektrische Muskelstimulation (EMS)	223
24.3	Galvanisation	224
24.4	Ultraschall	224
24.5	Lasertherapie	224
	Literatur	224
25	Ergotherapie	225
26	Balneotherapie	229
27	Physiotherapie	233
27.1	Heilgymnastik und medizinische Trainingstherapie	234
27.2	Wärme- und Kältetherapie	236
27.3	Massagen	237
27.4	Feldenkrais-Methode	237
	Literatur	237
28	Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)	239
28.1	Begriffe	241
28.2	Bestandteile der TCM	241
28.3	Schmerzen	243
28.4	Diagnostik	245
28.4.1	Zungendiagnostik	245
28.4.2	Pulsdagnostik	245
28.4.3	Diagnostik – fünf Sinne	246
28.5	Heilkräuter	246

28.6	Akupunktur	247
28.7	Schröpfen	247
	Literatur.....	247
29	Komplementäre Methoden	249
29.1	Aromatherapie	250
29.1.1	Wirkweise.....	250
29.1.2	Gewinnung	250
29.1.3	Wirksamkeit.....	250
29.1.4	Nebenwirkungen.....	251
29.1.5	Aromatherapie und chronische Schmerzen	251
29.2	Homöopathie	252
29.3	Tiergestützte Therapie	253
29.4	Osteopathie	256
29.4.1	Kontraindikationen.....	257
29.4.2	Techniken.....	257
	Literatur.....	257

Serviceteil

A1 Conclusio	260
A2 Weiterführende Literatur	261
Stichwortverzeichnis	265