

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	Pulsdiagnostik	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