

Inhalt

Wichtige Abkürzungen	9
Prolog	11
Wissenswertes zum Chronischen Schmerzsyndrom	13
Alle Lebensbereiche betroffen	13
Existenzieller Charakter	14
Annahme und Akzeptanz	15
Teil I Chronische Schmerzen verstehen	17
1 Schmerz	19
1.1 Akuter Schmerz	19
1.2 Nozizeptiver Schmerz	22
1.3 Neuropathischer Schmerz	25
1.4 Noziplastischer Schmerz	26
1.5 Chronischer Schmerz	28
1.6 Sensibilisierung	32
1.7 Schmerzspiralen	33
➤ Take-Home-Message	34
2 Rückenschmerz	35
2.1 Wirbelsäule	35
2.2 Rückenleiden	38
2.3 Schmerzskalen	40
2.4 Chronischer Rückenschmerz	41
2.5 Schmerzmittel	42
2.6 Cannabis	44
2.7 Injektionstherapie	47
2.8 Rückenmarkstimulation	48

2.9	Wirbelsäulenchirurgie	49
	➤ Take-Home-Message	53
Teil II Die sozialmedizinische Dimension erkennen		55
3	Biopsychosoziales Krankheitsmodell	57
3.1	Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit	57
3.2	ICF-Konzept in der Endoprothetik	62
3.3	Relevanz der Fähigkeiten	65
	➤ Take-Home-Message	70
4	Erschöpfung	71
4.1	Müdigkeit, Fatigue und Erschöpfung	72
4.2	Physische Ausdauer	79
4.3	Burn-out	84
4.4	Borderline	90
4.5	Zeitmanagement	91
4.6	Entschleunigung	99
	➤ Take-Home-Message	105
5	Schlaf	107
5.1	Physiologie	107
5.2	Schichtarbeit	109
5.3	Kognitive Verhaltenstherapie	110
5.4	Medikamentöse Therapie	113
5.5	Tagesschläfrigkeit	113
	➤ Take-Home-Message	115
6	Einsamkeit	117
6.1	Begriffsbestimmung	117
6.2	Forschungsstand	119
6.3	Auswirkungen	121
6.4	Handlungsfelder	122
	➤ Take-Home-Message	123
7	Leistungsbeurteilung	125
7.1	Arbeitswelt	125

7.2	Belastung und Beanspruchung	128
7.3	Arbeitsunfähigkeit	133
7.4	Arbeitsschwere	138
7.5	Wegefähigkeit	144
7.6	Leistungsvermögen	145
7.7	Ergotherapeutisches Assessment	149
7.8	Erwerbsminderung	151
7.9	Return to life	156
➤	Take-Home-Message	160

Teil III Mit chronischen Schmerzen leben	161
--	-----

8	Orthopädische Rehabilitation	163
8.1	Zuweisung zur medizinischen Rehabilitation	163
8.2	Faktencheck	165
8.3	Soziale Ungleichheiten	166
8.4	Placeboeffekt	167
8.5	Erkrankungsmuster	168
8.6	Multimodale Schmerztherapie	169
8.7	Schmerzprävention	174
8.8	Anschlussrehabilitation	178
8.9	Medizinisch-berufliche Rehabilitation	179
➤	Take-Home-Message	187

9	Rehabilitation	189
9.1	Sozialmedizinischer Kontext	190
9.2	Prinzipien	192
9.3	Voraussetzungen	194
9.4	Gesundheitsökonomische Aspekte	196
9.5	Gesellschaftliche Bedeutung	199
➤	Take-Home-Message	200

10	Perspektiven	201
10.1	Assistenzsysteme	201
10.2	Individuelle Herausforderung	203
10.3	Gesellschaftliche Aufgabe	205
➤	Take-Home-Message	209

Epilog 211

Register 213