

# Inhalt

<b>Vorwort . . . . .</b>	<b>9</b>
<b>Teil 1: GRUNDLAGEN DER PSYCHOSOMATIK . . . . .</b>	<b>11</b>
<b>    Psychosomatik im Wandel der Zeit:     von der Antike bis zur Gegenwart . . . . .</b>	<b>13</b>
<b>        Psychosomatik und Verhaltensmedizin –         zwei unterschiedliche Sichtweisen derselben         Thematik . . . . .</b>	<b>17</b>
<b>            Das weite Feld der Psychosomatik . . . . .</b>	<b>19</b>
Befindlichkeitsstörungen . . . . .	20
Funktionelle Störungen . . . . .	20
Psychosomatische Störungen im engeren Sinne . . . . .	28
Somatopsychische Erkrankungen . . . . .	29
<b>            Therapeutische Aspekte . . . . .</b>	<b>31</b>
<b>    Teil 2: DIE VIELEN GESICHTER DER     PSYCHOSOMATISCHEN STÖRUNGEN . . . . .</b>	<b>35</b>
<b>        Wenn sich alles um das Herz dreht . . . . .</b>	<b>39</b>
Herzphobie – Todesangst trotz gesunden Herzens . . . . .	39
»Etwas auf dem Herzen haben«: Herz und Psyche . . . . .	40
Funktionelle Störungen . . . . .	42
Organische Störungen . . . . .	45
Psychosomatische Konzepte . . . . .	47
<b>        Wenn der Blutdruck entgleist . . . . .</b>	<b>52</b>
Psychogener Bluthochdruck – aus dem Lot durch Stress und Ärger . . . . .	52
»Auf 180 sein«: Blutdruck und Psyche . . . . .	53

<b>Funktionelle Störungen</b>	55
<b>Organische Störungen</b>	57
<b>Psychosomatische Konzepte</b>	58
<b>Wenn der Atem stockt</b>	62
Hyperventilation – Atemnot durch zu viel Atmen	62
»Vor Wut schnauben«: Atmung und Psyche	63
Funktionelle Störungen	66
Organische Störungen	68
Psychosomatische Konzepte	71
<b>Wenn der Magen rebelliert</b>	77
Reizmagen – der Bauch in Aufruhr	77
»Wut im Bauch haben«: Magen und Psyche	77
Funktionelle Störungen	80
Organische Störungen	86
Psychosomatische Konzepte	87
<b>Wenn der Darm streikt</b>	95
Reizdarm – die gestörte Verdauung	95
»Schiss haben«: Darm und Psyche	95
Funktionelle Störungen	97
Organische Störungen	104
Psychosomatische Konzepte	106
<b>Wenn die Blase Druck macht</b>	112
Reizblase – der ständige Drang zum Toilettenbesuch	112
»Vor Angst in die Hose machen«: Blase und Psyche	113
Funktionelle Störungen	115
Organische Störungen	118
Psychosomatische Konzepte	120
<b>Wenn die Haut juckt und schmerzt</b>	122
Neurodermitis – Kratzen macht alles noch schlimmer	122
»Sich in seiner Haut nicht wohl fühlen«: Haut und Psyche	123
Funktionelle Störungen	127
Organische Störungen	129
Psychosomatische Konzepte	133

<b>Wenn Frauen spezifische Beschwerden haben . . . . .</b>	138
Chronische Unterleibsbeschwerden –	
kaum Linderung durch Operationen . . . . .	138
»Sei nicht so hysterisch«: Frauenbeschwerden und Psyche . . . . .	138
Funktionelle Störungen . . . . .	144
Organische Störungen . . . . .	147
Psychosomatische Konzepte . . . . .	148
<b>Wenn die Ohren dröhnen . . . . .</b>	150
Tinnitus – Disco im Ohr . . . . .	150
»Sich taub stellen«: Ohren und Psyche . . . . .	151
Funktionelle Störungen . . . . .	153
Organische Störungen . . . . .	153
Psychosomatische Konzepte . . . . .	157
<b>Wenn Hals, Nase und Stimme leiden . . . . .</b>	160
Globusgefühl – ständiges Engegefühl im Hals . . . . .	160
»Etwas schnürt die Kehle zu«: Hals, Nase, Stimme und Psyche . . . . .	160
Funktionelle Störungen . . . . .	163
Organische Störungen . . . . .	165
Psychosomatische Konzepte . . . . .	166
<b>Wenn der Stress ins Auge geht . . . . .</b>	167
Verminderte Sehleistung – trüber Blick durch	
Verspannung und Depression . . . . .	167
»Die Augen vor etwas verschließen«: Augen und Psyche . . . . .	168
Funktionelle Störungen . . . . .	170
Organische Störungen . . . . .	171
Psychosomatische Konzepte . . . . .	173
<b>Wenn die Zähne knirschen oder schmerzen . . . . .</b>	174
Bruxismus – der nächtliche Horror . . . . .	174
»Sich die Zähne ausbeißen«: Zähne und Psyche . . . . .	175
Funktionelle Störungen . . . . .	177
Organische Störungen . . . . .	180
Psychosomatische Konzepte . . . . .	181
<b>Wenn die Bewegung gestört ist . . . . .</b>	183
Schwankschwindel – ständige Angst vor dem Umfallen . . . . .	183
»Den Halt verlieren«: Bewegung und Psyche . . . . .	183

Funktionelle Störungen . . . . .	185
Organische Störungen . . . . .	191
Psychosomatische Konzepte . . . . .	192
<b>Wenn Schmerzen den Körper plagen . . . . .</b>	<b>194</b>
Chronische Rückenschmerzen – das Kreuz mit dem Kreuz . . . . .	194
»Das schmerzt mich sehr«: Schmerzen und Psyche . . . . .	195
Funktionelle Störungen . . . . .	201
Organische Störungen . . . . .	204
Psychosomatische Konzepte . . . . .	222
<b>Schlussbemerkung . . . . .</b>	<b>231</b>
<b>Literatur . . . . .</b>	<b>232</b>