

# Inhalt

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

Funktionelle Störungen . . . . .	55
Organische Störungen . . . . .	57
Psychosomatische Konzepte . . . . .	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>