

Was ist Schmerz?.....	8	Fibromyalgie ist eine Immunerkrankung	26
Akuter und chronischer Schmerz.....	8	Fibromyalgie ist eine psychische Erkrankung	26
Die schmerzhafte Erfahrung... Die schmerzhafte Empfindung	9	Fibromyalgie wird durch Schlafstörungen verursacht	26
Der schmerzkranke Mensch... Leben im Alarmzustand... Störungen im System..... Leben auf der Überholspur ...	11	Fibromyalgie wird durch Verletzungen verursacht	27
Was ist Fibromyalgie? ...	18	Fibromyalgie ist eine Erfindung von Rentenbetrügern.....	27
Terminologie	19	Fibromyalgie ist ein Dauerzustand totaler Überempfindlichkeit	28
Symptome.....	19	Symptome und Funktionsstörungen.....	29
Definitionen.....	20	Schmerzen	30
Ursachen.....	23	Schlafstörungen	33
FMS: Dichtung und Wahrheit	24	Reizdarm	34
Fibromyalgie ist eine eingebildete Krankheit	24	Reizblase	36
Fibromyalgie betrifft nur Frauen	24	Reizempfindlichkeit	37
Fibromyalgie ist eine Muskelerkrankung	25	Restless-Legs-Syndrom (RLS)	40
Fibromyalgie ist eine Stoffwechselerkrankung	25	Ödemneigung/ Schwellungsgefühl	41
Fibromyalgie ist eine Infektionserkrankung.....	25	Schwindel	42
		Konzentration und Gedächtnis	43

Angst.....	45	Anamnese.....	54
Depressivität	45	Körperliche Untersuchung ...	54
Erschöpfung	46	Beurteilung der Schmerz-	
Fragebogen Leidensdruck....	48	problematik	55
Die Spur der Schmerzen..	50	Diagnose der psychischen	
		Befindlichkeit	56
FMS-Diagnostik.....	54	Fragebogen Psyche	58

Wege aus der Schmerzkrankheit 61

Therapiekonzepte	62	Physikalische Therapie	75
Schmerztherapie	64	Psychotherapie	79
Der richtige Arzt	66	Entspannungsverfahren	80
Medikamente.....	67	Multimodale Therapie.....	80
Naturheilkunde	73	Chirurgische Therapie	82

Selbsthilfekonzepte 85

Der Patient ist gefragt ...	86	Berufsunfähigkeit und	
Bewegung	88	soziale Absicherung	115
Entspannung	91		
Ernährung	96	InfoService	121
Wasser, Wärme, Wellness..	103	Deutschland.....	121
Erholsamer Schlaf.....	108	Österreich	123
Arbeitsplatz und Haushalt..	110	Schweiz	123
Lebenswelt und Stigma	111	Hilfe im Netz.....	125
Partnerschaft und Familie..	112	Lektüre.....	125

Register..... 126