

# Inhaltsverzeichnis

---

Autorenverzeichnis.....	XXIII
-------------------------	-------

## I Grundlagen

<b>1 Was ist Verhaltensmedizin?.....</b>	<b>3</b>
<i>Ulrike Ehlert</i>	
1.1 Verhaltenstherapie in der Medizin.....	4
1.2 Definition .....	6
1.3 Vorläufer der Verhaltensmedizin und verhaltensmedizinische Pionierarbeit.....	6
1.4 Grundkonzepte .....	8
1.5 Interdisziplinarität .....	9
1.6 Gemeinsamkeiten und Abgrenzungen zu verwandten Disziplinen .....	10
1.7 Verhaltensmedizin heute.....	11
1.8 Zusammenfassung.....	12
Literatur .....	12
<b>2 Biologische Grundlagen .....</b>	<b>13</b>
<i>Sonja Entringer, Christine Heim</i>	
2.1 Nervensystem.....	14
2.1.1 Allgemeiner Aufbau des Nervensystems und Informationsübertragung .....	14
2.1.2 Zentrales Nervensystem .....	17
2.1.3 Autonomes Nervensystem.....	22
2.2 Endokrines System.....	23
2.2.1 Hormone und Rezeptoren .....	24
2.2.2 Steuerung der Hormonproduktion .....	25
2.2.3 Psychoneuroendokrinologie .....	27
2.3 Immunsystem .....	29
2.3.1 Erste Abwehrreihe: Physische Barriere .....	29
2.3.2 Angeborene Immunität.....	29
2.3.3 Erworbene Immunität .....	31
2.3.4 Interaktion zwischen endokrinem System, ZNS und Immunsystem .....	32
2.3.5 Psychoneuroimmunologie.....	33
2.4 Frühe Programmierung von Krankheitsvulnerabilität .....	34
2.4.1 Frühe Stresserfahrungen als Risikofaktor für Störungen im Erwachsenenalter.....	34
2.4.2 Fetale Programmierung von Krankheit und Gesundheit .....	35
2.5 Genetische Aspekte in der Verhaltensmedizin.....	36
2.5.1 Anlage-Umwelt-Interaktionen in der Vorhersage des Krankheitsrisikos .....	36
2.5.2 Epigenetische Einbettung von Stresserfahrungen .....	37
2.5.3 Transgenerationale Übertragung der Effekte früher Stresserfahrungen.....	38
2.6 Zusammenfassung und Ausblick .....	39
2.6.1 Molekularbiologische Forschung in der Verhaltensmedizin .....	39
2.6.2 Implikationen für Therapie verhaltensmedizinischer Störungen.....	40
Literatur .....	41
<b>3 Psychologische Grundkonzepte der Verhaltensmedizin .....</b>	<b>43</b>
<i>Alexandra Martin, Katharina Schieber</i>	
3.1 Lernprozesse.....	44

3.1.1	Klassische Konditionierung .....	44
3.1.2	Operante Konditionierung .....	44
3.1.3	Modelllernen .....	45
3.1.4	Habituation und Sensitivierung .....	45
3.2	Krankheitserleben .....	46
3.2.1	Informationsverarbeitung .....	46
3.2.2	Symptomwahrnehmung: Interozeption, somatosensorische Verstärkung .....	46
3.2.3	Persönlichkeit .....	48
3.2.4	Subjektive Krankheitsmodelle .....	48
3.3	Emotionale Prozesse .....	50
3.3.1	Krankheitsängste .....	50
3.3.2	Negative Affektivität .....	50
3.3.3	Emotionsregulation .....	51
3.4	Verhaltensprozesse .....	52
3.4.1	Krankheitsverhalten .....	52
3.4.2	Gesundheitsschädigendes Verhalten .....	52
3.4.3	Belastungs- und Krankheitsbewältigung (Coping) .....	53
3.4.4	Adhärenz und Motivation .....	54
3.5	Einflussfaktoren in der Verhaltensmedizin .....	57
3.5.1	Negative Faktoren .....	57
3.5.2	Positive Faktoren .....	60
3.5.3	Lebensqualität .....	61
3.6	Zusammenfassung .....	62
	Literatur .....	62
<b>4</b>	<b>Messmethoden der Verhaltensmedizin .....</b>	<b>65</b>
	<i>Roberto La Marca</i>	
4.1	<b>Messung psychologischer Variablen .....</b>	<b>66</b>
4.1.1	Problem- und Verhaltensanalyse .....	68
4.1.2	Interviews .....	69
4.1.3	Fragebogen .....	71
4.1.4	Tagebücher .....	71
4.2	Erfassung sozialer Variablen .....	71
4.3	<b>Messung biologischer Variablen .....</b>	<b>74</b>
4.3.1	Messung neuronaler Aktivität .....	75
4.3.2	Messung endokriner Aktivität .....	83
4.3.3	Messung immunologischer Aktivität .....	85
4.3.4	Messung genetischer Informationen .....	87
4.4	<b>Spezifische Verhaltensmessungen .....</b>	<b>89</b>
4.4.1	Adhärenz .....	89
4.4.2	Körperliche Aktivität .....	90
4.4.3	Schlaf .....	90
4.4.4	Essverhalten .....	91
4.5	<b>Diagnostik und Therapieevaluation .....</b>	<b>92</b>
4.6	Zusammenfassung .....	94
	Literatur .....	95
<b>5</b>	<b>Anwendung der Verhaltensmedizin .....</b>	<b>99</b>
	<i>Ulrike Ehlert</i>	
5.1	<b>Von den Grundlagen zur Anwendung .....</b>	<b>100</b>
5.2	Anwendung der Verhaltensmedizin in Abhängigkeit von der Genese und Aufrechterhaltung der Störung bzw. Erkrankung .....	101

<b>5.3</b>	<b>Anwendung der Verhaltensmedizin bei verschiedenen Symptomkomplexen körperlicher und psychischer Auffälligkeiten .....</b>	103
<b>5.4</b>	<b>Anwendung der Verhaltensmedizin in der Prävention, als Intervention und in der Rehabilitation ..</b>	103
<b>5.5</b>	<b>Integration der Verhaltensmedizin in die verschiedenen Versorgungsstrukturen .....</b>	105
<b>5.6</b>	<b>Spezifität und Komplexität verhaltensmedizinischer Interventionen .....</b>	108
<b>5.7</b>	<b>Zusammenfassung .....</b>	109
<b>II</b>	<b>Spezifische Anwendungsfelder</b>	
	<b>Literatur .....</b>	110
<b>6</b>	<b>Chronische Schmerzsyndrome .....</b>	113
	<i>Herta Flor</i>	
<b>6.1</b>	<b>Verhaltensmedizinische Perspektive .....</b>	114
<b>6.1.1</b>	<b>Physiologische Grundlagen .....</b>	115
<b>6.1.2</b>	<b>Psychologische Grundlagen .....</b>	118
<b>6.1.3</b>	<b>Verhaltensmedizinisches Modell .....</b>	122
<b>6.2</b>	<b>Epidemiologie .....</b>	125
<b>6.3</b>	<b>Klinische Schmerzdiagnostik .....</b>	125
<b>6.3.1</b>	<b>Somatischer Befund .....</b>	125
<b>6.3.2</b>	<b>Verbal-subjektive Ebene .....</b>	126
<b>6.3.3</b>	<b>Erfassung von Schmerzverhalten .....</b>	128
<b>6.3.4</b>	<b>Psychophysiologische Untersuchung .....</b>	129
<b>6.3.5</b>	<b>Integration und differenzielle Indikation .....</b>	129
<b>6.4</b>	<b>Therapie chronischer Schmerzen .....</b>	130
<b>6.4.1</b>	<b>Somatische Verfahren .....</b>	130
<b>6.4.2</b>	<b>Biofeedback und Entspannungsverfahren .....</b>	132
<b>6.4.3</b>	<b>Operantes Gruppentraining, Exposition, Extinktion .....</b>	133
<b>6.4.4</b>	<b>Kognitiv-verhaltenstherapeutische Schmerzbewältigung .....</b>	134
<b>6.4.5</b>	<b>Verhaltensmedizinische Therapie .....</b>	135
<b>6.5</b>	<b>Prävention von chronischen Schmerzen .....</b>	136
<b>6.6</b>	<b>Ausblick .....</b>	136
<b>6.7</b>	<b>Zusammenfassung .....</b>	137
	<b>Literatur .....</b>	137
<b>7</b>	<b>Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....</b>	139
	<i>Claus Vögele</i>	
<b>7.1</b>	<b>Ursachen und Entwicklung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen .....</b>	140
<b>7.1.1</b>	<b>Epidemiologie .....</b>	140
<b>7.1.2</b>	<b>Ursachen und Risikofaktoren .....</b>	140
<b>7.2</b>	<b>Koronare Herzkrankheit und Bluthochdruck (arterielle Hypertonie) .....</b>	140
<b>7.2.1</b>	<b>Medizinische Behandlung .....</b>	142
<b>7.2.2</b>	<b>Risiko- und Schutzfaktoren .....</b>	142
<b>7.2.3</b>	<b>Psychosoziale Risikofaktoren .....</b>	143
<b>7.3</b>	<b>Prävention und Behandlung .....</b>	148
<b>7.3.1</b>	<b>Gesundheitsförderung und Prävention .....</b>	148
<b>7.3.2</b>	<b>Psychotherapie .....</b>	148
<b>7.3.3</b>	<b>Pharmakotherapie .....</b>	149
<b>7.3.4</b>	<b>Wechselwirkung von Gesundheitsförderung, Psychotherapie und Pharmakotherapie .....</b>	149
<b>7.3.5</b>	<b>Behandlung in der Praxis .....</b>	149
<b>7.4</b>	<b>Zusammenfassung .....</b>	150
	<b>Literatur .....</b>	151

<b>8</b>	<b>Störungen des gastrointestinalen Systems</b>	153
	<i>Frauke Musial, Paul Enck</i>	
8.1	Gibt es eine „Psycho-Physiologie“ des Verdauungstraktes?	154
8.2	Ulkuserkrankungen	154
8.2.1	Symptomatik	155
8.2.2	Epidemiologie	155
8.2.3	Ätiologie und Pathogenese	156
8.2.4	Psychosoziale Faktoren	156
8.2.5	Diagnostik	156
8.2.6	Therapie	156
8.3	Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen	157
8.3.1	Symptomatik	158
8.3.2	Epidemiologie	158
8.3.3	Ätiologie und Pathogenese	158
8.3.4	Psychosoziale Faktoren	159
8.3.5	Diagnostik	160
8.3.6	Therapie	161
8.4	Reizdarmsyndrom als funktionelle Darmerkrankung	164
8.4.1	Symptomatik	164
8.4.2	Epidemiologie	165
8.4.3	Ätiologie und Pathogenese	165
8.4.4	Psychosoziale Faktoren	166
8.4.5	Diagnostik	168
8.4.6	Therapie	169
8.5	Stuhlinkontinenz	170
8.5.1	Symptomatik	170
8.5.2	Epidemiologie	170
8.5.3	Ätiologie und Pathogenese	171
8.5.4	Psychosoziale Aspekte	172
8.5.5	Diagnostik	172
8.5.6	Therapie	173
8.6	Zusammenfassung	175
	Literatur	176
<b>9</b>	<b>Krebserkrankungen</b>	181
	<i>Ursula Stockhorst</i>	
9.1	Definition, Klassifikation, klinische Beschreibung und Symptome	182
9.2	Epidemiologie	184
9.3	Ätiologische Konzepte	185
9.3.1	Multifaktorielle Genese von Krebserkrankungen: Übersicht	185
9.3.2	Psychologische Faktoren: Gesamtüberblick	187
9.3.3	Psychobiologische Faktoren, Stress und Krebs	187
9.3.4	Risikoverhalten	192
9.3.5	Persönlichkeitsmerkmale, Copingstrategien und stresshafte Ereignisse als Prädiktoren einer Krebserkrankung	193
9.3.6	Persönlichkeitsmerkmale, Copingstrategien und stresshafte Ereignisse im Verlauf einer Krebserkrankung	194
9.4	Folgeerscheinungen der Diagnose und der Behandlung	196
9.4.1	Begleiterscheinungen der Chemo- und Strahlentherapie	196
9.4.2	Schmerzen	200
9.4.3	Spezielle körperliche Funktionseinschränkungen	200
9.4.4	Psychische Folgen der Krebsdiagnose und Behandlung	201

<b>9.5</b>	<b>Diagnostische Methoden</b> .....	201
<b>9.6</b>	<b>Therapie und Effektivitätsnachweis</b> .....	202
<b>9.6.1</b>	<b>Präventionsmaßnahmen</b> .....	202
<b>9.6.2</b>	<b>Ansatzpunkte</b> .....	204
<b>9.6.3</b>	<b>Aufklärung über Erkrankung und Behandlungsablauf</b> .....	205
<b>9.6.4</b>	<b>Verhaltenstherapeutische Maßnahmen</b> .....	205
<b>9.6.5</b>	<b>Supportiv-expressive Gruppentherapie</b> .....	207
<b>9.7</b>	<b>Zusammenfassung</b> .....	208
	<b>Literatur</b> .....	209
<b>10</b>	<b>Gynäkologie und Geburtshilfe</b> .....	213
	<i>Pearl La Marca-Ghaemmaghami</i>	
<b>10.1</b>	<b>Verhaltensmedizin in der Gynäkologie</b> .....	214
<b>10.1.1</b>	<b>Menarche</b> .....	215
<b>10.1.2</b>	<b>Reproduktive Lebensphase</b> .....	218
<b>10.1.3</b>	<b>Klimakterium</b> .....	221
<b>10.1.4</b>	<b>Zyklusabhängige gynäkologische Störungen</b> .....	222
<b>10.1.5</b>	<b>Zyklusunabhängige gynäkologische Störungen</b> .....	230
<b>10.2</b>	<b>Geburtshilfe und Verhaltensmedizin</b> .....	232
<b>10.2.1</b>	<b>Schwangerschaft</b> .....	232
<b>10.2.2</b>	<b>Männer und Schwangerschaft</b> .....	235
<b>10.2.3</b>	<b>Pränataler Stress</b> .....	237
<b>10.2.4</b>	<b>Wochenbett und Postpartalzeit</b> .....	241
<b>10.3</b>	<b>Zusammenfassung</b> .....	244
	<b>Literatur</b> .....	246
<b>11</b>	<b>Immunologische Erkrankungen: Autoimmunerkrankungen und HIV/Aids</b> .....	251
	<i>Ulrike Kübler, Frank Euteneuer</i>	
<b>11.1</b>	<b>Autoimmunerkrankungen</b> .....	252
<b>11.1.1</b>	<b>Rheumatoide Arthritis</b> .....	254
<b>11.1.2</b>	<b>Systemischer Lupus erythematoses</b> .....	255
<b>11.1.3</b>	<b>Psychosoziale Faktoren</b> .....	257
<b>11.1.4</b>	<b>Verhaltensmedizinische Ansätze</b> .....	264
<b>11.2</b>	<b>HIV und Aids</b> .....	265
<b>11.2.1</b>	<b>Definition und Symptomatik</b> .....	265
<b>11.2.2</b>	<b>Epidemiologie und Ätiopathogenese</b> .....	265
<b>11.2.3</b>	<b>Diagnostik</b> .....	266
<b>11.2.4</b>	<b>Medizinische Therapie</b> .....	266
<b>11.2.5</b>	<b>Psychosoziale Faktoren</b> .....	267
<b>11.2.6</b>	<b>Verhaltensmedizinische Ansätze</b> .....	269
<b>11.3</b>	<b>Zusammenfassung</b> .....	272
	<b>Literatur</b> .....	273
<b>12</b>	<b>Funktionelle Syndrome und Beschwerden</b> .....	277
	<i>Urs M. Nater, Susanne Fischer, Ricarda Mewes</i>	
<b>12.1</b>	<b>Klassifikation und Diagnostik</b> .....	278
<b>12.2</b>	<b>Epidemiologie</b> .....	280
<b>12.2.1</b>	<b>Prävalenz</b> .....	280
<b>12.2.2</b>	<b>Syndromale Überlappung</b> .....	281
<b>12.2.3</b>	<b>Verlauf</b> .....	281
<b>12.2.4</b>	<b>Komorbidität mit psychischen Störungen</b> .....	281
<b>12.2.5</b>	<b>Inanspruchnahmeverhalten</b> .....	283

## Inhaltsverzeichnis

<b>12.3 Ätiopathogenetische und aufrechterhaltende Faktoren .....</b>	<b>283</b>
12.3.1 Genetische Faktoren .....	283
12.3.2 Neuroendokrine Faktoren .....	283
12.3.3 Autonome Faktoren .....	284
12.3.4 Immunologische Faktoren .....	284
12.3.5 Hirnanatomische und hirnfunktionelle Faktoren .....	284
12.3.6 Stress .....	285
12.3.7 Lernen .....	285
12.3.8 Weitere psychologische Prozesse .....	286
<b>12.4 Behandlung .....</b>	<b>286</b>
12.4.1 Somatomedizinisches Management .....	286
12.4.2 Pharmakotherapie .....	286
12.4.3 Psychotherapie .....	287
<b>12.5 Zusammenfassung und Fazit .....</b>	<b>287</b>
Literatur .....	290
<b>13 Adipositas .....</b>	<b>291</b>
<i>Petra Platte, Adrian Meule</i>	
<b>13.1 Beschreibung der Störung .....</b>	<b>292</b>
13.1.1 Definition und Epidemiologie .....	292
13.1.2 Körperliche Begleiterkrankungen .....	295
13.1.3 Lebensqualität, Stigmatisierung und psychische Begleiterkrankungen .....	296
<b>13.2 Bedingungsfaktoren .....</b>	<b>297</b>
13.2.1 Ernährung .....	297
13.2.2 Körperliche Aktivität und Energieverbrauch .....	298
13.2.3 Essverhalten .....	299
13.2.4 Genetik .....	301
13.2.5 Neurobiologie .....	302
13.2.6 Mediennutzung .....	304
13.2.7 Lernerfahrungen .....	305
13.2.8 Schlaf und Chronobiologie .....	306
13.2.9 Persönlichkeit und kognitive Funktionen .....	306
13.2.10 Zusammenfassung .....	307
<b>13.3 Therapie .....</b>	<b>307</b>
13.3.1 Prävention .....	307
13.3.2 Kommerzielle Programme, Selbsthilfegruppen und Ernährungsberatung bei bestehender Adipositas ..	308
13.3.3 Ambulante Therapie .....	309
13.3.4 Stationäre Therapie .....	310
13.3.5 Neue Forschungsansätze .....	310
13.3.6 Pharmakotherapie .....	311
13.3.7 Bariatrische Chirurgie .....	312
<b>13.4 Zusammenfassung .....</b>	<b>314</b>
Literatur .....	316
<b>14 Diabetes mellitus .....</b>	<b>319</b>
<i>Thomas Kubiak, Daniela Zahn</i>	
<b>14.1 Medizinische Grundlagen .....</b>	<b>320</b>
14.1.1 Glukoregulation .....	320
14.1.2 Nosologie und Klassifikation .....	320
14.1.3 Prognose und Verlauf .....	321
14.1.4 Diabetestherapie .....	322
14.1.5 Rolle der Patientenschulung .....	323
14.1.6 Typ-2-Diabetes bei Kindern und Jugendlichen – eine besondere Herausforderung .....	324

<b>14.2</b>	<b>Verhaltensmedizin des Typ-1-Diabetes – gestörte Hypoglykämiewahrnehmung</b>	324
14.2.1	Hypoglykämiewahrnehmung	325
14.2.2	Behandlungsansätze	326
<b>14.3</b>	<b>Verhaltensmedizin des Typ-2-Diabetes – Diabetesprävention</b>	327
14.3.1	Lebensstilinterventionen	328
14.4	<b>Zusammenfassung</b>	330
	Literatur	331
<b>15</b>	<b>Verhaltensmedizin neurologischer Erkrankungen</b>	333
	<i>Bernd Leplow, Kerstin Paetow</i>	
15.1	<b>Epidemiologie und Kurzbeschreibungen ausgewählter Erkrankungen</b>	336
15.1.1	Zerebrovaskuläre Erkrankungen	336
15.1.2	Demenzerkrankungen	336
15.1.3	Basalganglienerkrankungen	337
15.1.4	Hirntumoren	338
15.1.5	Anfallserkrankungen	339
15.1.6	Multiple Sklerose	339
15.1.7	Schädel-Hirn-Traumen	339
15.1.8	Infektionen und Entzündungen des Nervensystems	340
15.1.9	Periphere Nervenschäden, motoneuronale und Muskelerkrankungen	340
15.1.10	Metabolische und toxische Schädigungen	341
15.2	<b>Störungsmechanismen und Interventionsprinzipien</b>	341
15.2.1	Stimulussteuerung und Reizkontrolle	341
15.2.2	Kompensation und Automatisierung	343
15.2.3	Sekundäre psychische Störungen und ihre Behandlung	344
15.2.4	Operant gesteuerte Überschusssymptome und Kontingenzmanagement	345
15.2.5	Restitution und kortikale Reorganisation	346
15.2.6	Symptomwahrnehmung und defizitäre Selbstregulation	347
15.2.7	Schwere neurologische Ausfälle und Neurofeedback	348
15.2.8	Minimale neuropsychologische Defizite und die Prävention von Langzeitfolgen	349
15.2.9	Krankheitsbewältigung, Anpassungsreaktionen und Gruppenpsychotherapie	350
15.2.10	Die Angehörigen neurologischer Patienten und ihre Unterstützung	351
15.3	<b>Diagnostik</b>	352
15.4	<b>Zusammenfassung</b>	353
	Literatur	354
	<b>Serviceteil</b>	357
	Glossar	358
	Stichwortverzeichnis	371