

# Inhalt

<b>Geleitwort der Reihenherausgeber .....</b>	<b>9</b>
<b>Auftakt: Schmerz im Verständnis der Psychosomatik .....</b>	<b>11</b>
Was ist Schmerz? .....	13
Wie lässt sich Schmerz definieren? .....	13
Ist jeder Schmerz schmerzhaft? .....	17
Was bedeutet es, gleichzeitig Sinneswahrnehmung und Gefühlsempfindung zu sein? .....	18
Schmerz mit und ohne Nozizeption .....	21
Schmerz ohne Nozizeption .....	23
Schmerz und Evolution .....	28
Schmerz als ein Kompromiss der natürlichen Selektion .....	29
Schmerz als phylogenetisches Alarmsystem .....	31
Das »Rauchmelderprinzip« .....	34
Schmerz als Störsignal mit biologischer Schutzfunktion .....	36
Art und Intensität des aktuellen Reizes .....	38
Aktueller Kontext, in dem der Reiz erfahren wird .....	39
Vorerfahrungen zu dem jeweiligen Reiz und Kontext .....	42
Schmerz als ein komplexer Berechnungsprozess .....	44
Schmerz als Wahrscheinlichkeitsrechnung .....	45
Schmerz – ein statistischer Exkurs .....	46
Psychosomatische Schmerzen als Sammelbegriff .....	51
Psychosomatische Dimensionen des Schmerzes .....	52
Schmerz im Kontext traumatischer Vorerfahrungen .....	53
Schmerz im Kontext unsicherer Bindungserfahrungen .....	55
Schmerz im Kontext von psychodynamischen Prozessen .....	60
Schmerz als Folge einer depressiven Somatisierung .....	63
Schmerz im Kontext einer narzisstischen Somatisierung .....	64
Schmerz im Kontext einer Konversionsstörung .....	65
Schmerz als Symptom einer Affektsomatisierung .....	66

## **Chronischer Schmerz im Kontext von ICD:**

<b>Eine Kodierungshilfe .....</b>	<b>70</b>
<b>Psychosomatische Schmerzsyndrome im Rahmen von ICD-10 ..</b>	<b>71</b>
Schmerzsyndrome ohne Krankheitswert .....	72
Isoliert somatisch-nozizeptiv bedingte Schmerzsyndrome ....	72
Chronische Schmerzstörung mit somatischen und psychischen Faktoren (F45.41) .....	72
Anhaltende somatoforme Schmerzstörung (F45.40) .....	74
Somatisierungsstörung/undifferenzierte Somatisierungs- störung (F45.0/F45.1) .....	75
Andauernde Persönlichkeitsänderung bei chronischem Schmerzsyndrom (F62.80) .....	76
Schmerzen im Rahmen einer somatoformen autonomen Funktionsstörung (F45.3) .....	76
Schmerzen im Rahmen einer hypochondrischen Störung (F45.2) .....	77
Schmerzen im Rahmen einer Neurasthenie (F48.0) .....	78
Schmerzen im Rahmen einer Depression .....	79
Psychische Faktoren oder Verhaltenseinflüsse bei anderenorts klassifizierten Krankheiten (F54) .....	81
Schmerzen im Rahmen von psychotischen Störungen (F20.8) .....	81
Assoziierte funktionelle Störungen mit dem Leitsymptom Schmerz .....	83
Fibromyalgiesyndrom (M79.70) .....	84
<b>Klassifikation chronischer Schmerzen im ICD-11:</b>	
Ausblick und Entwicklungen .....	88
Chronischer Schmerz nach ICD-11 .....	90
Psychosomatische Schmerzsyndrome im ICD-11 .....	96

<b>Diagnostische Fallstricke und therapeutische</b>	
<b>Gelegenheiten</b> .....	100
Gestaltung und Strukturierung des Anamnesegesprächs .....	102
Investiere in den Anfang .....	102
Erwartungshaltung und der Glaube an die Therapie .....	108
Aufbau einer angenehmen Gesprächsatmosphäre .....	111
Einstieg in die Thematik .....	113
Erkunde die Perspektive des Patienten .....	115
Exkurs Sexualanamnese .....	128
Vermeide Widerstand .....	132
Erzeuge Empathie .....	144
Vermeide unreflektiertes Reagieren .....	148
Reduziere Ängste und Unsicherheiten .....	152
Formulierung von Behandlungszielen .....	154
Mobilisation von Ressourcen .....	157
Reduzieren von Ängsten und Unsicherheiten .....	164
Schmerzpsychotherapeutische Therapieverfahren .....	173
Entspannungsverfahren .....	173
Biofeedback .....	174
Schmerzpsychotherapie mit verhaltenstherapeutischem	
Fokus .....	174
Schmerzpsychotherapie mit tiefenpsychologischem	
Fokus .....	176
Achtsamkeits- und akzeptanzorientierte Psychotherapie-	
ansätze .....	176
EMDR-basierte Schmerztherapie .....	178
Medikamentöse Therapieoptionen .....	179
Begrenzter Einsatz .....	181
Multimodaler Einsatz .....	181
Praktisches Vorgehen .....	183
Welches Medikament ist das richtige? .....	196
Minimieren von Risiken .....	201
Fahrtauglichkeit unter Medikation – Praxistipps .....	203
Investiere in das Ende .....	207

<b>Arbeitsmaterialien</b> .....	209
Aufklärung bezüglich der Fahreignung unter Medikation .....	210
Antisuiizidvertrag (Vorlage) .....	212
Befindlichkeits-Tagebuch .....	213
 <b>Anmerkungen</b> .....	 214
 <b>Literaturempfehlungen</b> .....	 220
 <b>Literatur</b> .....	 222
 <b>Der Autor</b> .....	 229