

Dorit Zimmermann

WEGE AUS DER SCHMERZSPIRALE

Verstehen, annehmen, loslassen –
chronische Schmerzen
ganzheitlich behandeln

© des Titels »Wege aus der Schmerzspiral« (ISBN 978-3-7474-0148-4)
2020 by mvg-Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

Inhalt

Vorwort - - - - -	7
Theorie	
Was ist Schmerz und wie entsteht er? - - - - -	13
Schmerz und Schmerzfreiheit - - - - -	13
Schmerzentstehung - - - - -	16
Schmerzgedächtnis - - - - -	22
Vom akuten zum chronischen Schmerz - - - - -	24
Biografische Risikofaktoren - - - - -	28
Soziale Faktoren, die zur Chronifizierung von Schmerzen beitragen - - - - -	29
iatrogene Chronifizierung - - - - -	30
Wie der Organismus auf eine potenzielle Bedrohung reagiert - - - - -	31
Schmerz-Angst-Schmerz-Kreislauf - - - - -	32
Auswirkungen chronischer Schmerzen auf Körper und Psyche - - - - -	33
Unterschiedliche Schmerztypen - - - - -	34
Schmerzen bei Arthrose - - - - -	34
Schmerzen bei rheumatischen Erkrankungen - - - - -	38
Rückenschmerzen - - - - -	41
Schmerzen bei Fibromyalgie - - - - -	43
Kopfschmerzen - - - - -	46
Neuropathische Schmerzen - - - - -	52

© des Titels »Wege aus der Schmerzspiral« (ISBN 978-3-7474-0148-4)
2020 by mvg-Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

Inhalt

Somatoforme Schmerzstörung - - - - -	56
Tumorschmerzen - - - - -	59
Phantomschmerz - - - - -	61
 Praxis	
Ärztliche Therapie bei chronischen Schmerzen - - - - -	63
Medikamentöse Schmerztherapie – Möglichkeiten und Grenzen - - - - -	64
Die gängigsten Behandlungsansätze - - - - -	78
Multimodale Schmerztherapie - - - - -	109
Chronische Schmerzen im Spiegel der Homöopathie - - - - -	114
So wirkt die Homöopathie - - - - -	116
Methodische Grundlagen - - - - -	121
Homöopathische Anamnese - - - - -	131
Heilmittel aus den drei Naturreichen - - - - -	135
Arzneien aus dem Tierreich - - - - -	135
Arzneien aus dem Mineralreich - - - - -	184
Arzneien aus dem Pflanzenreich - - - - -	208
Psychologisch-Homöopathische Schmerztherapie - - - - -	245
Homöopathische Behandlung - - - - -	246
Biografisch-systemische Verhaltenstherapie - - - - -	249
Beispiel aus der Praxis - - - - -	257
Ausblick - - - - -	271
Dankeschön - - - - -	275
Literatur - - - - -	277
Zitierte Literatur - - - - -	277
Weiterführende Literatur - - - - -	279
Sachregister - - - - -	281