

Inhalt

Vorwort von Prof. Dr. med. H. Schreiber	9
1. Einleitung	11
1.1 Symptomatik und Verlauf der Fibromyalgie	14
1.2 Historisches zu dieser Krankheit	17
1.3 Psychosomatik	18
1.3.1 Begriffsbestimmungen	18
1.3.2 Historisches zur Leib-Seele-Auffassung	20
1.3.3 Psychosomatische Modelle	23
1.3.4 Gegenwärtige Situation	25
1.4 Epidemiologie	25
1.5 Zusammenfassung	26
2. Symptomatik der Fibromyalgie	29
2.1 Schmerz	29
2.1.1 Definition und Klassifikation	29
2.1.2 Schmerzauffassungen bis zum 19. Jahrhundert	33
2.1.3 Modernere Schmerzkonzepte	34
2.1.4 Physiologische Grundelemente des Schmerzes	36
2.1.5 Die Gate-Control-Theorie	41
2.1.6 Neuere Ergebnisse der Schmerzforschung	45
2.2 Schmerz, Schlafstörung und Depression	47
2.3 Stress	50
2.3.1 Einführung	50
2.3.2 Klassische Stresskonzepte	51
2.3.3 Eine pragmatische »Stresstheorie«	53
2.3.4 Exkurs: Physiologische Vorgänge bei Stress	70

3.	Entstehung und Chronifizierung der Fibromyalgie	75
3.1	Disponierende Merkmale	77
3.1.1	Daten aus der Kindheit	77
3.1.2	Psychische Dispositionen	79
3.1.3	Belastende Lebensereignisse und Dauerbelastungen	81
3.1.4	Integration der Daten (3.1.1 bis 3.1.3) in das Fibromyalgie-Modell	83
3.1.5	Phase a: Zusammenfassung	85
3.2	Entstehung der Fibromyalgie	86
3.2.1	Fibromyalgie – eine somatoforme Schmerzstörung . .	87
3.2.2	Fibromyalgie als Folge des »Schmerzgedächtnisses«	90
3.2.3	Fibromyalgie als Folge der Veränderung endokriner Abläufe	91
3.2.4	Fibromyalgie durch Muskelverspannung und Schlafmangel	92
3.2.5	Fibromyalgie als eine mögliche Folge von Schleudertraumata	94
3.2.6	Fibromyalgie als Folge der Störung des Säure-Basen- Haushalts	95
3.2.6.1	Allgemeine Grundlagen	96
3.2.6.2	Hormone und psychischer Stress	101
3.2.6.3	Das Bindegewebe	110
3.2.7	Fibromyalgie und TCM (Traditionelle Chinesische Medizin)	123
3.2.7.1	Zur Anatomie der Akupunkturpunkte	123
3.2.7.2	Folgen verklebter Akupunkturpunktlöcher . .	125
3.2.8	Mythen und Ungewissheiten über Fibromyalgie- Verursachungen	126
3.2.9	Folgerungen für die Therapie	127
3.3	Chronifizierungsfaktoren	129
3.3.1	Fibromyalgie-typische Symptomatik	129
3.3.2	Negatives bzw. fehlendes Schmerzcoping	134
3.3.3	Sonstige somatoforme/psychosomatische Störungen	136
3.3.4	Die Fibromyalgie begünstigende Persönlichkeitsmerkmale	137
3.3.5	Arbeits- und berufsbedingte Faktoren	139

3.3.6	Iatrogene Noxen	142
3.3.7	Zusammenwirken der verschiedenen Faktoren	143
3.4	Zur Persönlichkeit von Fibromyalgie-Patienten	144
3.4.1	Differenzielle Analyse der Fibromyalgie-Patienten ...	146
3.4.2	Daten der drei Fibromyalgie-Untergruppen	146
3.4.3	Beschreibung der Fibromyalgie-Untergruppen	150
3.4.3.1	Fibromyalgie Typ 1: Beschreibung und Fallbeispiel	151
3.4.3.2	Fibromyalgie Typ 2: Beschreibung und Fallbeispiel	155
3.4.3.3	Fibromyalgie Typ 3: Beschreibung und Fallbeispiel	158
3.4.4	Zusammenfassung	162
4.	Zur Diagnostik der Fibromyalgie	165
4.1	Anamnese und Fibromyalgie-Fragebogen	165
4.2	Schmerzpunktmessung	168
4.3	Differenzialdiagnostik	170
4.4	Ergänzungen zur Fibromyalgie-Diagnostik	171
4.5	Die Körperskulpturmethode bei Fibromyalgie	173
5.	Therapie und Prophylaxe	177
5.1	Zum Umgang mit Stress	178
5.2	Behandlung chronischer Schmerzen	195
5.2.1	Allgemeine Richtlinien im Umgang mit chronischem Schmerz	195
5.2.2	Das Arzt-Patient-Verhältnis	201
5.2.3	Der Schmerz und das Unbewusste	203
5.2.4	Psychologische Schmerztherapie	205
5.2.5	Konzentrierte Entspannung	210
5.3	Psychotherapie bei Fibromyalgie	213
5.4	Chirurgische Intervention bei Fibromyalgie	217
5.4.1	Chirurgische Quadrantenschmerz-Intervention	218
5.4.2	Einwände und Entgegnungen	220
5.4.3	Ein Fallbeispiel	223
5.5	Imaginative Körper-Psychotherapie	225

5.6	Sonstige Therapien und Selbsthilfemaßnahmen	229
5.6.1	Pharmakotherapie	229
5.6.2	Physikalische Therapie	231
5.6.3	Alternative und sonstige Therapien	232
5.6.4	Selbsthilfemaßnahmen	233
5.7	Gedanken zur Prophylaxe	235
5.8	Schlussbetrachtung	236
	Dank	237
	Literatur	238
	Glossar	242
	Index	246