

# Inhalt

---

- Vorwort von Hans-Jürgen Eysenck IX  
Vorwort von Helm Stierlin XIII  
Vorwort von Michael Wannemacher XV  
Vorwort von Ronald Grossarth-Maticek XVII

Einführung \_\_\_\_\_ 1

Theoretischer Teil \_\_\_\_\_ 7

- Die Erforschung und Beeinflussung komplexer Phänomene 7  
Was ist systemische Epidemiologie? 10  
Theoretische Grundlagen der Systemischen Epidemiologie 14  
Wie entsteht eine chronische Erkrankung? 15  
Wie wird Gesundheit aufrechterhalten? 16  
Verhalten, Krankheit und Gesundheit 16  
Zur Neurobiologie der Selbstregulation 19  
Selbstregulation, Ambivalenz, Persönlichkeit und Streß 24  
Zur Funktion der Angst – Angstformen in der Grossarth'schen Verhaltenstypologie 29  
Zentrale Steuerungsmechanismen für Gesundheit und Krankheit – finale Indikatoren 30  
Instrument zur Erfassung der Systemindikatoren für Krankheit und Gesundheit 36  
Zusammenfassendes Modell der Steuerungsmechanismen für Gesundheit und Krankheit 41  
Hemmung, Übererregung, Gleichgewicht 43  
Streßsystem und Erkrankung – Streßformen in der Grossarth'schen Typologie 47  
Kernpunkte der Grossarth'schen Typologie 58  
Zur Familiendynamik der Grossarth'schen Verhaltensmuster 62  
Formen der Bedürfnisbefriedigung 63  
Das Autonomietraining 66  
Beispiele aus der Praxis des Autonomietrainings 81

Methodischer Teil \_\_\_\_\_ 91

- Methode der Beweisführung: Die prospektive Interventionsstudie unter experimentellen Bedingungen 91  
Interventionsmaßnahmen der präventiven Verhaltensmedizin 95  
Kritik der psychosomatischen und epidemiologischen Literatur aus der Sicht der synergistischen Epidemiologie 96  
Ein weiterer Ansatz zur Methodologie der Beweisführung mitursächlicher Bedingungen 101

Datenerfassung \_\_\_\_\_ 103

Hypothesen	107
Forschungsergebnisse	109
Struktur der Gesundheit – psychophysische Wechselwirkungen	110
Depression und Krebs – differenzierende Faktoren	113
Selbstregulation, Gesundheit und Erkrankung	114
Lust, Wohlbefinden und Gesundheit	115
Gesundheitseffekte des Autonomietrainings bei geringer Ausprägung von Wohlbefinden und Lust	116
Der Zusammenhang zwischen dem Grad der Selbstregulation mit stark ausgeprägten physischen und psychosozialen Risikofaktoren	116
Die Grossarthscche Verhaltenstypologie in bezug auf Gesundheit und das Entstehen chronischer Erkrankungen	117
Hemmung, Übererregung, Gleichgewicht	120
Effekte des Autonomietrainings bei chronisch gehemmten und hilflos übererregten Personen	121
Selbstregulation, Wohlbefinden und Gesundheit – Ergebnisse des Kurzfragebogens zur Erfassung des Grades der Selbstregulation	123
Risikofaktoren und Risikokonstellationen bei	
– Herzinfarkt	123
– Hirnschlag	125
– unterschiedlichen Krebserkrankungen	127
– Kolonkarzinom	127
– Rektumkarzinom	129
– Mammakarzinom	130
– Gallenblasen- und Gallenwegekarzinom	134
– Blasenkarzinom	135
– Ösophaguskarzinom	136
– Kehlkopfkarzinom	138
– Corpus-uteri-Karzinom	139
– Analkarzinom	140
– Nierenkarzinom	143
– Mundhöhlenkarzinom	144
– Pankreaskarzinom	146
– Schilddrüsenkarzinom	147
– Hodenkarzinom	148
– Zervixkarzinom	149
– Eierstockkarzinom	150
– Bronchialkarzinom	151
– Magenkarzinom	155
– Leberkarzinom	156
– Malignem Melanom	158
– primärem Hirntumor	159

Allgemeine Risikofaktoren und Risikokonstellationen bei Krebserkrankungen	161
Übersicht über die durchgeführten präventiven Therapieexperimente	164
Risikofaktoren und Risikokonstellationen für	
– Schizophrenie und andere Verhaltensstörungen	165
– plötzlichen Herztod	168
– behandelte depressive Erkrankungen	169
– polytoxisches Suchtverhalten	170
– Allergien	171
Extreme Ausprägung von Stress und/oder physischen Risikofaktoren für Krebserkrankungen und Mortalität an Krebs in einem Beobachtungszeitraum von 15 Jahren	172
Abhängigkeit der Krebserkrankungen von zusätzlichen Risiko- und Positivfaktoren bei Personen mit ausgeprägtem Stress oder physischen Risikofaktoren	173
Persönlichkeit und Erfolg der psychotherapeutischen Intervention	174
Synergieeffekte bei	
– „Hexenschuß“	175
– Panikattacken	176
– Psoriasis (Schuppenflechte)	177
Faktoren der Differenzierung zwischen Krankheit und Gesundheit bei Personen mit hohem psychophysischem Risiko für bestimmte Erkrankungen	178
Faktoren, die der Entstehung chronischer Erkrankungen entgegenwirken	180
Das Zentrale Nervensystem und Krebs – psychobiologische Vermittlungswege	183
Zur Interaktion von familiärer Belastung und Selbstregulation bei der Krebsentstehung	191
Diskussion und Zusammenfassung der Ergebnisse	195
Zur Geschichte der medizinischen Ursachenforschung – Einordnung der eigenen Bemühungen, Darstellung und Diskussion der Literatur	200
Anhang	207
Tabellen	207
Anmerkungen	255
Fragebögen	271
Katalog zur Erfassung medizinischer Daten	271
Fragebogen zur Prädiktion des Therapieerfolges	278
Fragebogen zur Erfassung der zweifachen Abweisung	281
Differentialdiagnostischer Fragebogen	281
Fragebogen zur Einordnung in die Grossarth'sche Typologie	285
Differentieller Fragebogen zur Unterscheidung der Typen 1, 2 und 4	289
Fragebogen zur Selbstregulation: verkürzte Fassung mit 50 Fragen aufgrund einer Item-Analyse	291
Fragebogen zur Erfassung des Grades von Lust und Wohlbefinden	297
Variablenkatalog Wohlbefinden, Lust, Lustkompetenz	300

Kurzfragebogen zur Messung der Selbstregulation	300
Recherchen- und Beobachtungskatalog Hemmung, Übererregung und Gleichgewicht	303
Fragebogen zur Identifikation der vom Arzt diagnostizierten chronischen Erkrankungen und Gesundheit in der Nachuntersuchung	311