

# Inhalt

Vorwort von Prof. Dr. med. H. Schreiber .....	9
<b>1. Einleitung .....</b>	<b>11</b>
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
<b>2. Symptomatik der Fibromyalgie .....</b>	<b>29</b>
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 Schmerz coping . . . . .	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
	<b>Dank</b> .....	237
	<b>Literatur</b> .....	238
	<b>Glossar</b> .....	242
	<b>Index</b> .....	246