

# Inhaltsverzeichnis

## Teil A: Allgemeine Charakterisierung und Diagnostik

<b>1</b>	<b>Anwendungsbereich, Ziele und Methoden der Psychotherapieleitlinie</b> . . . . .	11
1.1	Hintergrund, Ziele und Zielgruppen der Leitlinie . . . . .	11
1.2	Methoden: Vorgehen und Bewertungskriterien . . . . .	13
<b>2</b>	<b>Die Störungsbilder</b> . . . . .	17
2.1	Symptome somatoformer Störungen . . . . .	17
2.2	Diagnosen somatoformer Störungen . . . . .	20
2.2.1	Polysymptomatische Störungen . . . . .	21
2.2.2	Monosymptomatische Störungen . . . . .	22
2.2.3	Hypochondrische Störung . . . . .	23
2.2.4	Was bringt das DSM-5? . . . . .	23
2.3	Differenzialdiagnostische Abgrenzung zu anderen Störungen mit körperlichen Symptomen . . . . .	24
2.4	Epidemiologische Befunde . . . . .	25
2.5	Krankheitsverlauf . . . . .	27
<b>3</b>	<b>Empfehlungen zur Diagnostik</b> . . . . .	28
3.1	Diagnosestellung . . . . .	29
3.2	Fragebogenverfahren zur erweiterten Diagnostik . . . . .	29
3.3	Indikationen zur Psychotherapie . . . . .	32

## Teil B: Spezifische Psychotherapie der somatoformen Störungen und assoziierter Syndrome

<b>4</b>	<b>Somatisierungsstörung und undifferenzierte Somatisierungsstörung mit multiplen Körperbeschwerden</b> . . . . .	34
4.1	Störungsbild und Klassifikation . . . . .	34
4.2	Störungsmodell und psychotherapierelevante Erklärungskonzepte . . . . .	35

4.3	Psychotherapieansätze bei Somatisierungsstörung und multiplen somatoformen Beschwerden . . . . .	37
4.3.1	Kognitive Verhaltenstherapie . . . . .	37
4.3.2	Psychodynamisch-Interpersonelle Psychotherapie . . . . .	39
4.3.3	Andere psychotherapeutische Ansätze . . . . .	40
4.3.4	Psychosoziale Behandlungsansätze aus dem hausärztlichen Bereich. . . . .	40
4.4	Effektivität der Psychotherapie bei Somatisierungsstörung und multiplen somatoformen Beschwerden . . . . .	43
4.4.1	Kognitiv-verhaltenstherapeutische Verfahren . . . . .	43
4.4.2	Psychodynamisch-Interpersonelle Psychotherapie . . . . .	45
4.4.3	Weitere Psychotherapieverfahren . . . . .	46
4.4.4	Psychosoziale Interventionen für die hausärztliche Versorgung . . . . .	46
4.5	Empfehlungen . . . . .	49
4.6	Zusammenfassende Bewertung . . . . .	50
<b>5</b>	<b>Hypochondrie . . . . .</b>	<b>52</b>
5.1	Störungsbild und Klassifikation . . . . .	52
5.2	Störungsmodell und psychotherapierelevante Erklärungskonzepte . . . . .	52
5.3	Psychotherapieansätze bei Hypochondrie . . . . .	54
5.3.1	Kognitive Verhaltenstherapie . . . . .	54
5.3.2	Psychodynamische Psychotherapie . . . . .	57
5.3.3	Interpersonelle Psychotherapie . . . . .	58
5.4	Effektivität der Psychotherapie bei Hypochondrie . . . . .	58
5.4.1	Kognitiv-verhaltenstherapeutische Psychoedukation . . . . .	58
5.4.2	Kognitiv-verhaltenstherapeutische Psychotherapie . . . . .	59
5.4.3	Psychodynamische Kurzzeittherapie und psychoanalytische Therapie . . . . .	63
5.4.4	Andere Psychotherapien . . . . .	63
5.5	Empfehlungen . . . . .	63
5.6	Zusammenfassende Bewertung . . . . .	64
<b>6</b>	<b>Chronischer Rückenschmerz . . . . .</b>	<b>66</b>
6.1	Störungsbild und Klassifikation . . . . .	66
6.2	Störungsmodell und psychotherapierelevante Erklärungskonzepte . . . . .	67
6.3	Psychotherapieansätze bei chronischen Rückenschmerzen . . . . .	70
6.3.1	Uniprofessionelle Psychotherapie . . . . .	70
6.3.2	Multidisziplinäre Therapie (MDT) . . . . .	73
6.4	Die Wirksamkeit der Psychotherapie inkl. multidisziplinärer Behandlung bei chronischen Rückenschmerzen . . . . .	74
6.4.1	Review zur psychologischen Therapie chronischer Rückenschmerzen . . . . .	74

6.4.2	Metaanalyse zur psychologischen Therapie chronischer Rückenschmerzen .....	77
6.4.3	Reviews zu Multidisziplinären Therapien (MDT).....	79
6.4.5	Primärstudien (RCT) zur Behandlung chronischer Rückenschmerzen .....	80
6.4.6	Zusammenfassende Schlussfolgerungen zum Status der Evidenz	84
6.5	Empfehlungen .....	89
6.6	Zusammenfassende Bewertung .....	90
<b>7</b>	<b>Chronisches Erschöpfungssyndrom .....</b>	<b>92</b>
7.1	Störungsbild und Klassifikation .....	92
7.2	Störungsmodell und psychotherapierelevante Erklärungskonzepte .....	94
7.3	Psychotherapieansätze bei chronischem Erschöpfungssyndrom .....	96
7.3.1	Kognitive Verhaltenstherapie .....	96
7.3.2	Supportive psychosoziale Therapien .....	97
7.3.3	Graduierte physische Aktivierung .....	98
7.3.4	Anpassung des Aktivitätsniveaus an Energiereserven (Adaptive Pacing Therapy) .....	98
7.4	Effektivität der Psychotherapie bei chronischem Erschöpfungssyndrom .....	99
7.4.1	Kognitiv-verhaltenstherapeutische Psychotherapie .....	99
7.4.2	Supportive psychosoziale Therapien .....	103
7.4.3	Vergleich von Psychotherapieverfahren .....	104
7.4.4	Graduierte physische Aktivierung .....	104
7.5	Empfehlungen .....	105
7.6	Zusammenfassende Bewertung .....	106
<b>8</b>	<b>Reizdarmsyndrom .....</b>	<b>108</b>
8.1	Störungsbild und Klassifikation .....	108
8.2	Störungsmodelle und psychotherapierelevante Erklärungskonzepte .....	110
8.3	Psychotherapieansätze bei Reizdarmsyndrom .....	112
8.3.1	Kognitive Verhaltenstherapie .....	112
8.3.2	Psychodynamisch-interpersonelle Therapie .....	112
8.3.3	Entspannungsverfahren .....	113
8.3.4	Hypnotherapie .....	113
8.3.5	Körperpsychotherapie .....	114
8.4	Effektivität der Psychotherapie bei Reizdarmsyndrom .....	114
8.4.1	Psychotherapie insgesamt .....	114
8.4.2	Kognitive Verhaltenstherapie .....	116
8.4.3	Psychodynamisch-interpersonelle Psychotherapie .....	118
8.4.4	Entspannungsverfahren und Stressbewältigung .....	119

8.4.5	Hypnotherapie . . . . .	120
8.4.6	Körperpsychotherapie: Funktionelle Entspannung . . . . .	121
8.5	Empfehlungen . . . . .	121
8.6	Zusammenfassende Bewertung . . . . .	122
<b>9</b>	<b>Fibromyalgie</b> . . . . .	<b>124</b>
9.1	Störungsbild und Klassifikation . . . . .	124
9.2	Störungsmodell und psychotherapierelevante Erklärungskonzepte . . . . .	125
9.3	Psychotherapieansätze bei Fibromyalgie . . . . .	126
9.3.1	Kognitive Verhaltenstherapie . . . . .	126
9.3.2	Operante Verhaltenstherapie . . . . .	127
9.3.3	Biofeedback . . . . .	127
9.3.4	Hypnotherapie und geleitete Imagination . . . . .	128
9.3.5	Weitere Psychotherapien und Einzelinterventionen . . . . .	128
9.4	Effektivität von Psychotherapie bei Fibromyalgie . . . . .	128
9.4.1	Metaanalysen zu psychologischen Interventionen bei Fibromyalgie . . . . .	129
9.4.2	Kognitive Verhaltenstherapie . . . . .	131
9.4.3	Operante Verhaltenstherapie . . . . .	132
9.4.4	Biofeedback . . . . .	132
9.4.5	Hypnotherapie und geleitete Imagination . . . . .	132
9.4.6	Weitere Psychotherapien bzw. Einzelinterventionen . . . . .	133
9.5	Empfehlungen . . . . .	133
9.6	Zusammenfassende Bewertung . . . . .	134
<b>10</b>	<b>Unspezifische, nicht kardiale Brustschmerzen</b> . . . . .	<b>135</b>
10.1	Störungsbild und Klassifikation . . . . .	135
10.2	Störungsmodell und psychotherapierelevante Erklärungskonzepte . . . . .	136
10.3	Psychotherapieansätze bei unspezifischen Brustschmerzen . . . . .	137
10.3.1	Psychoedukation als Kurzintervention . . . . .	137
10.3.2	Kognitive Verhaltenstherapie . . . . .	138
10.3.3	Atemtraining und respiratorisches Biofeedback . . . . .	139
10.3.4	Hypnotherapie . . . . .	139
10.3.5	Funktionelle Entspannung . . . . .	140
10.4	Effektivität der Psychotherapie bei unspezifischem Brustschmerz . . . . .	140
10.4.1	Psychoedukation als Kurzintervention . . . . .	141
10.4.2	Kognitive Verhaltenstherapie . . . . .	142
10.4.3	Atemtraining und respiratorisches Biofeedback . . . . .	143
10.4.4	Hypnotherapie . . . . .	144
10.4.5	Funktionelle Entspannung . . . . .	145
10.5	Empfehlungen . . . . .	145
10.6	Zusammenfassende Bewertung . . . . .	146

<b>11</b>	<b>Umweltbezogene Körperbeschwerden</b> .....	148
11.1	Störungsbilder und Klassifikation .....	148
11.2	Störungsmodelle und psychotherapierrelevante Erklärungsansätze .....	149
11.3	Psychotherapieansätze bei umweltbezogenen Körperbeschwerden .....	153
11.3.1	Vermeidung von subjektiven Auslösebedingungen .....	153
11.3.2	Kognitive Verhaltenstherapie .....	153
11.3.3	Tiefenpsychologische Verfahren .....	154
11.3.4	Andere Therapien/Selbsthilfemaßnahmen .....	154
11.3.5	Multimodale Ansätze .....	155
11.4	Effektivität der Psychotherapie bei umweltbezogenen Körperbeschwerden .....	155
11.4.1	Vermeidung von subjektiven Auslösebedingungen .....	156
11.4.2	Kognitive Verhaltenstherapie .....	156
11.4.3	Andere Verfahren .....	159
11.4.4	Multimodale Behandlungen .....	159
11.5	Empfehlungen .....	161
11.6	Zusammenfassende Bewertung .....	161
<b>12</b>	<b>Somatoformer Schwindel</b> .....	163
12.1	Störungsbild und Klassifikation .....	163
12.2	Störungsmodell und psychotherapierrelevante Erklärungskonzepte .....	165
12.3	Psychotherapieansätze bei somatoformen Schwindelsyndromen .....	167
12.3.1	Kognitive Verhaltenstherapie .....	167
12.3.2	Training zur Förderung des Gleichgewichts, vestibuläre Rehabilitation .....	167
12.4	Effektivität der Psychotherapie bei somatoformen Schwindelsyndromen .....	168
12.5	Empfehlungen .....	169
12.6	Zusammenfassende Bewertung .....	170

## **Teil C: Übersicht Psychotherapieempfehlungen, -manuale und Pharmakotherapie**

<b>13</b>	<b>Pharmakotherapie bei somatoformen Störungen: Zusammenfassender Kommentar</b> .....	171
13.1	Einleitung .....	171
13.2	Allgemeine Evidenzlage zu Medikamenten .....	171

13.3	Spezifische Empfehlungen bei verschiedenen somatoformen Störungen. ....	172
<b>14</b>	<b>Psychotherapiemanuale und Therapiebeschreibungen</b> .....	<b>174</b>
<b>15</b>	<b>Kurzfassung evidenzbasierter Empfehlungen</b> .....	<b>176</b>
<b>Literatur</b>	.....	<b>180</b>
<b>Anhang</b>	.....	<b>205</b>
Anhang 1	– Evidenzrecherche und Autorenverzeichnis .....	205
Anhang 2	– Evidenz: Somatisierungsstörung und undifferenzierte Somatisierungsstörung mit multiplen körperlichen Symptomen .....	206
Anhang 3	– Evidenz: Hypochondrie .....	220
Anhang 4	– Evidenz: Chronische Rückenschmerzen .....	228
Anhang 5	– Evidenz: Chronisches Erschöpfungssyndrom .....	232
Anhang 6	– Evidenz: Reizdarmsyndrom .....	246
Anhang 7	– Evidenz: Fibromyalgie .....	252
Anhang 8	– Evidenz: Unspezifische, nicht kardiale Brustschmerzen ..	260
Anhang 9	– Evidenz: Umweltbezogene Körperbeschwerden .....	270
Anhang 10	– Evidenz: Somatoformer Schwindel .....	274
Anhang 11	– Kurzübersicht AWMF-Leitlinie „Umgang mit Patienten mit nicht spezifischen, funktionellen und somatoformen Körperbeschwerden“ .....	276
	Abkürzungsverzeichnis zu Anhang 2 bis Anhang 10 .....	278
	Die Autorinnen und Autoren des Bandes .....	282