

Inhaltsverzeichnis

1.	Einleitung	9
2.	Physiologische Grundlagen	13
2.1	Bauplan des Nervensystems.....	13
2.2	Vegetatives Nervensystem	15
3.	Ältere Ansätze	20
4.	Ergebnisse der Grundlagenforschung	23
4.1	Operante Konditionierung im Tierversuch.....	23
4.2	Theoretische Modelle und Erklärungsversuche	25
5.	Allgemeine Grundregeln für das Biofeedbacktraining	28
5.1	Anwendungsindikationen.....	28
5.2	Psychophysiologisches Reaktionsmuster.....	30
5.3	Therapieverlauf.....	33
5.4	Kontraindikationen und zu beachtende Probleme	36
6.	Biofeedback verschiedener Körperfunktionen	38
6.1	Atemfunktion	38
6.2	Muskelaktivität.....	42
6.3	Gehirnaktivität.....	47
6.4	Kardiovaskuläre Funktionen	53
6.5	Weitere Körperfunktionen.....	55
7.	Vermittelnde Reaktionen und Prozesse	58

8.	Klinische Wirksamkeit in verschiedenen Anwendungsbereichen	61
8.1	Migräne, kombinierter Kopfschmerz und Cluster-Kopfschmerz....	62
8.2	Spannungskopfschmerz.....	63
8.3	Weitere chronische Schmerzsyndrome	65
8.4	Essentielle Hypertonie.....	66
8.5	Bruxismus und temporomandibuläre Dysfunktion	67
8.6	Funktionelle Magen- und Darmstörungen.....	68
8.7	Raynaud-Syndrom und Durchblutungsstörungen	69
9.	Meßtechnik.....	71
9.1	Generelle Aspekte.....	71
9.2	Elektromyogramm.....	73
9.3	Elektrischer Hautwiderstand	79
9.4	Oberflächentemperatur	80
9.5	Plethysmogramm	82
10.	Schlußbemerkungen.....	84
11.	Glossar	87
12.	Literaturverzeichnis.....	102
13.	Anhang	113
13.1	Beispiel von Sätzen für ein vereinfachtes Autogenes Training.....	113
13.2	Kognitive Entspannungsübungen.....	114
13.3	Adressen von Firmen, die Biofeedbackgeräte vertreiben	115
14.	Register.....	116
14.1	Personenregister	116
14.2	Sachregister	119