

Inhalt

1 Medizin: Körper und Seele	7
Paradigmawechsel in der Medizin	9
Ein psychobiologisches Verständnis von Krankheit	14
Ladinos	20
Persönlichkeit und Krankheit	22
Bewußtes und unbewußtes Funktionieren in neuem Verständnis	28
Bewußtsein und ganzheitliche Medizin	36
2 Beziehungen zwischen Gehirn und Verhalten:	
Gefühle, Rhythmen und Schlaf	39
Autonomes Nervensystem	39
Emotionstheorie von James und Lange	41
Die Natriumlaktattheorie der Angstneurose	44
Die kognitive Theorie der Emotion	46
Biologische Rythmen	51
Nächtlicher Rhythmus und Schlaf	58
Zentrale emotionale Mechanismen	64
Chirurgische Beeinflussung von Gefühlen	69
3 Streß und Krankheit	79
Diathesen-Streß-Modell der Krankheit	80
Allgemeines Adaptationssyndrom	89
Die Natur des psychischen Streß	92
Psychischer Streß und Chirurgie	98
Lebensstreß und Krankheit	102
Lebensstreß und wahrgenommene Kontrolle	106
Verhaltensmuster, die zur Anfälligkeit für Herzerkrankungen führen	110
4 Depression	117
Depressive Symptome	118
Depressionstheorie der biogenen Amine	121
Persönlicher Verlust und Trennung	125
Gelernte Hilflosigkeit	128
Fehleinschätzungen	132
Geringe Verstärkung	137
Selbstmord	143

5 Schmerz und Schmerzpatienten	149
Vielschichtigkeit des Phänomens „Schmerz“	149
Frühe Erfahrungen und Schmerz	152
Physiologische Mechanismen	153
Die „Gate-Control“-Theorie über Schmerz	159
Akupunktur	164
Hypnose	167
Patienten mit chronischen Schmerzen	176
6 Psychopharmakologie	183
Prinzipien der pharmakologischen Wirkung	183
Klassifizierung von Psychopharmaka	187
Wechselwirkungen zwischen Medikamenten und Verhalten	189
Placeboeffekt	191
Zustandsabhängiges Lernen	198
Medikamentenabhängigkeit	207
Hilfen zur Selbstkontrolle	210
7 Techniken der Verhaltenstherapie	
in der medizinischen Praxis	215
Phobien und klassisches Konditionieren	218
Konzepte des operanten Konditionierens	221
Lernen durch Beobachtung	234
Streßbewältigungstraining	238
Biofeedback	240
Meditation	250
Antistreßreaktion	253
Multimodale Verhaltenstherapie	254
Verhaltenstherapie bei der Behandlung chronischer Schmerzzustände	256
Gruppen und Verhaltensänderungen	259
Epilog — Eine neue Perspektive	263
Bibliographie	267
Personenregister	283
Sachregister	286