

Inhaltsverzeichnis

Einführung	9
Was will dieses Buch ? – An wen richtet es sich ?	
Was ist Rheuma?	
1. Rheuma, Schmerz und Psyche	12
1.1 Der psychorheumatische Schmerz	14
1.2 Wie erkennt man den psychorheumatischen Schmerz?	15
1.3 Psychorheumatologische Schmerzanalyse	16
2. Die menschliche Haltung.	17
2.1 Die Haltung des Kindes	17
2.2 Die Haltung des Jugendlichen	18
2.3 Die Haltung des Erwachsenen	22
2.4 Die Haltung des greisen Menschen	23
3. Der Rücken	24
3.1 Der Rücken und die Psyche	27
3.2 Die Faust im Nacken	27
3.3 Das Kreuz mit dem Kreuz	29
4. Der Schulter-Arm-Hand-Schmerz	33
5. Die Beinschmerzen	37
6. Das «Alles-tut-weh-Syndrom»	40
6.1 Die Behandlung des «Alles-tut-weh-Syndroms»	43
6.2 Die symptomatische Schmerzbehandlung	43
6.2.1 Antirheumatika (Rheumamittel) und Analgetika (Schmerzmittel)	44
6.2.2 Lokalinfiltration.	45
6.2.3 Muskelrelaxantien (muskelentspannende Medikamente)	45
6.2.4 Antidepressiva.	45
6.2.5 Physikalische Therapie	48

6.2.6	Manualtherapie	48
6.2.7	Autogenes Training	48
7.	Die aufdeckende, kausale Behandlung	50
7.1	Das ärztlich-therapeutische Gespräch und der Umgang mit dem psychorheumatischen Schmerzpatienten	50
7.2	Zur Arzt-Patient-Beziehung	51
7.3	Die biografische Krankengeschichte	55
7.4	Die Rolle des Patienten im Umgang mit seinem Arzt	55
7.4.1	Kann, darf oder soll der Patient seinen Arzt wechseln?	56
8.	Die Arthritis.	57
8.1	Die chronische Polyarthritis (cP).	57
8.2	Arthritis, Stress und Immunsystem	58
8.3	Zur Persönlichkeit des Polyarthritikers	60
8.4	Gibt es eine Arthritis-Prophylaxe?	63
8.5	Psyche und Krankheitsverlauf	64
8.5.1	Kann der Betroffene den Verlauf der Arthritis selbst beeinflussen?	64
8.6	Psychotherapie bei chronischer Polyarthritis?	66
9.	Der Morbus Bechterew	67
10.	Die Arthrose	69
11.	Angst	71
12.	Reaktive Depression.	72
13.	Krankheitsgewinn.	74
14.	Der ältere Rheumapatient und sein Arzt	77
15.	Rheuma, Sport und Psyche.	80
16.	Kritisches zur Rheumabehandlung.	83
16.1	Sinn und Unsinn der medikamentösen Behandlung	83
16.2	Die Salbenbehandlung.	85
16.3	Physikalische Therapie als Psychotherapie?	86
16.4	Unkonventionelle Rheumabehandlung	87

16.4.1	Warum sucht der Rheumakranke eine unkonventionelle Behandlung?	87
16.4.2	Wie soll sich der Arzt gegenüber der unkonventionellen Behandlung verhalten?	89
17.	Rheuma und Psyche am Kurort	93
18.	Arbeitsunfähig?	97
19.	Rheuma, Liebe und Sex	99
20.	Selbsthilfe	100