

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 |