

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	V
1 Die Rolle des Nervensystems bei funktionellen Erkrankungen	1
1.1 Aufbau des Nervensystems	1
1.2 Neurotransmitter	2
1.2.1 Die wichtigsten Neurotransmitter bei funktionellen Erkrankungen	4
2 Stress und seine Folgen	7
2.1 Formen von Stress und Stressphasen	8
2.2 Stress-Typen	8
2.3 Psychophysiologie von Stress	9
2.3.1 Das limbische System	9
2.3.2 Vegetatives Nervensystem (Aktivierung von Sympathikus und Parasympathikus) ..	10
2.4 Auswirkungen von Stress auf den Organismus	12
2.4.1 Bindegewebe	12
2.4.2 Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse	13
2.4.3 Nitrostress (nitrosativer Stress)	13
2.4.4 Zusammenhang Entzündungen und Stress	15
2.4.5 Krebserkrankungen	16
3 Funktionelle Erkrankungen	18
3.1 Beispiele für häufig auftretende funktionelle Erkrankungsbilder	19
3.1.1 Psychogene Kopfschmerzen	19
3.1.2 Psychogene Muskel- bzw. Rückenschmerzen (psychosomatische Zervikalgie) ...	19
3.1.3 Psychogene Herzbeschwerden (Herzneurose)	20
3.1.4 Psychogene Magen-Darm-Beschwerden (Reizmagen/Reizdarm)	20
3.1.5 Psychogene Reizblase (neurogene Blase)	20
3.1.6 Psychogenes Asthma	20
3.1.7 Psychogene Leber-Galle-Beschwerden	20
4 Reizdarmsyndrom	21
4.1 Ursachen	22
4.1.1 Stress	23
4.1.2 Störungen der Darmflora	23
4.1.3 Immunsystem	25
4.1.4 Mikroentzündungen	26
4.2 Symptome	26
4.3 Diagnostische Kriterien und Differenzialdiagnose	26
4.3.1 Diagnostische Kriterien	26
4.3.2 Differenzialdiagnosen	27
4.3.3 Laborwerte	28
4.4 Therapie	28
4.4.1 Probiotika	29

4.4.2	Bitterstoffdrogen	30
4.4.3	Schulmedizinische Therapie	30
4.4.4	Psychotherapie	32
4.4.5	Ganzheitliche Therapie	33
4.5	Ernährung	37
4.5.1	Ballaststoffe	37
4.5.2	Fasten	38
4.6	Weitere Tipps für den Reizdarmpatienten	43
4.6.1	Stressabbau	43
4.6.2	Hydrotherapie/Hydrothermotherapie	43
4.6.3	Sonstige Tipps	43
5	Reizmagen (funktionelle Dyspepsie)	44
5.1	Physiologie	44
5.2	Ursachen	46
5.3	Symptome	47
5.4	Diagnostik	48
5.4.1	Allgemeine diagnostische Maßnahmen	48
5.4.2	Kochsalz(NaCl)-Kreislauf und Urin-pH-Wert-Kurve nach Sander	48
5.4.3	Pathophysiognomik bei chronischem Reizmagen	51
5.5	Therapie	51
5.5.1	Allgemeine und schulmedizinische Therapiemaßnahmen	51
5.5.2	Ganzheitliche Therapie des chronischen Reizmagens	53
5.6	Selbsthilfe beim Reizmagen	54
6	Reizblase	56
6.1	Pathophysiologie und Ursachen	56
6.2	Sonderformen	57
6.2.1	Psychogene Harnverhaltung	57
6.2.2	Psychogene Harnflut (Polyurie)	57
6.3	Differenzialdiagnose und diagnostische Maßnahmen	57
6.4	Therapie	58
6.4.1	Allgemeine Therapiemaßnahmen	58
6.4.2	Ganzheitliche Therapie der chronischen psychogenen Reizblase	59
7	Funktionelle (psychogene) Atemwegserkrankungen	60
7.1	Physiologie der Atmung	61
7.2	Funktionelle (psychogene) Hyperventilation	62
7.2.1	Physiologie und Ursachen	62
7.2.2	Symptome	63
7.2.3	Therapeutische Strategien	63
7.3	Chronischer psychogener Husten	64
7.4	(Psychogenes) Asthma bronchiale	64
7.4.1	Ursachen und Pathophysiologie	64
7.4.2	Symptome	66
7.4.3	Diagnostik und Differenzialdiagnose	67
7.4.4	Therapiemöglichkeiten des psychogenen Asthmas	67

8	Funktionelle Herz-Kreislauf-Beschwerden (Herzneurose)	70
8.1	Ursachen	70
8.2	Symptome und Diagnostik	71
8.2.1	Zusätzliche naturheilkundliche Diagnosemethoden	72
8.3	Therapie	72
8.3.1	Segmentale Therapien	72
8.3.2	Ganzheitliche Therapie funktioneller Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Herzneurose)	77
9	Burn-out-Syndrom	78
9.1	Ursachen	78
9.2	Symptome	79
9.3	Diagnostik	80
9.4	Prävention und Therapie	81
9.4.1	Orthomolekulare Therapie	81
9.4.2	Pflanzliche Adaptogene	81
9.4.3	Pflanzliche Stimulanzen	85
9.5	Tipps für den Patienten	86
Anhang	87
10	Weiterführende Adressen	88
11	Literaturverzeichnis	89
12	Abbildungsnachweis	91
13	Sachverzeichnis	92