



OBSAH

ÚVOD	6
Seznam a vysvětlení použitých ikon.....	7
1 Úvod do psychosomatiky, vymezení základních pojmů	8
1.1 Definice psychosomatiky	8
1.2 Psychosomatický přístup	9
1.3 Holistický přístup	10
1.4 Komplexní přístup v psychosomatice	10
1.5 Systemický/systémový přístup	11
1.6 Psychosomatická medicína	11
1.6.1 Vymezení psychosomatické medicíny jako oboru	13
1.6.2 Psychosomatika jako nástavbový obor v medicíně	14
1.7 Vzdělávání v oblasti psychosomatiky a výuka psychosomatiky na vysokých školách v ČR	16
1.8 Vědecké základy psychosomatiky / psychosomatické medicíny	18
1.9 Problematika medikalizace lidského života	20
1.10 Psychosomatika jako předmět kritiky	21
1.10.1 Popularizátoři psychosomatické medicíny	24
1.11 Rozdíl mezi psychosomatickou medicínou, komplementární a alternativní medicínou	27
1.12 Historie psychosomatické medicíny	29
1.13 Vývoj a významné osobnosti psychosomatické medicíny v ČR	31
1.13.1 Významná psychosomatická pracoviště u nás	36
2 Stresový model vzniku psychosomatických poruch	37
2.1 Stres a zátěž	37
2.2 Diagnostika stresu	41
2.3 Stresový model vzniku psychosomatických poruch	42
2.3.1 Náročná životní situace	43
2.3.2 Psychosociální trauma	46
2.3.3 Posttraumatická stresová porucha	49
3 Hlubinný (psychodynamický) model vzniku psychosomatických poruch.....	51
3.1 Freudův koncept vývoje psychiky	51
3.1.1 Orální vývojové období	51
3.1.2 Anální vývojové období	52
3.1.3 Falická fáze	52
3.1.4 Latentní fáze	53
3.1.5 Genitální fáze	53
3.1.6 Sigmund Freud	53
3.2 Teorie vazby (<i>Attachment</i>)	55
3.3 Koncepce alexitymie	57
4 Model bio-psycho-sociální jednoty.....	60
4.1 Psycho-somatické vztahy – somatické koreláty emocí	60



5	Model rodinného systému jako sociální dělohy a jeho význam pro psychosomatiku	63
6	Nejčastější psychosomatické obtíže v oblasti kardiovaskulárního systému	66
6.1	Ischemická choroba srdeční	66
6.2	Esenciální hypertenze	67
6.3	Další psychosomatické obtíže v oblasti kardiovaskulárního systému	68
6.3.1	Syndrom zlomeného srdce	68
6.3.2	Psychická reakce na operační výkony na srdci a transplantace srdce	69
7	Nejčastější psychosomatické obtíže v oblasti gastrointestinálního systému	70
7.1	Vředová choroba gastroduodena	70
7.2	Syndrom dráždivého tračníku	71
7.3	Cholelithiáza	72
8	Nejčastější psychosomatické obtíže v oblasti reprodukčního systému	73
8.1	Premenstruační syndrom	73
8.2	Premenstruační dysforická porucha	75
8.3	Gynekologické záněty	75
8.4	Funkční sterilita	76
8.5	Psychosomatika v porodnictví	76
8.6	Klimaktérium	77
9	Nejčastější psychosomatické obtíže v oblasti imunitního systému	78
9.1	Psychosomatika v onkologii	78
9.2	Syndrom chronické únavy	80
9.3	Autoimunitní onemocnění	82
10	Psychosomatické aspekty bolesti, bolesti zad a funkčních poruch pohybového systému	84
10.1	Psychosomatické aspekty bolesti zad	84
11	Psychosomatické vztahy v rámci respiračního systému	88
11.1	Astma bronchiale	89
12	Specifika psychosomatiky u dětí a dospívajících	92
12.1	Psychosomatika u dětí	92
12.1.1	Období prenatální, novorozenecké a kojenecké	92
12.1.2	Období batolecí	92
12.1.3	Období předškolního věku	93
12.1.4	Období školního věku	93
12.2	Psychosomatika u dospívajících	93
12.3	Psychogenní poruchy příjmu potravy	93



13	Genderová a věková specifika psychosomatických poruch	97
13.1	Genderová specifika psychosomatických poruch	97
13.2	Věková specifika psychosomatických poruch	97
13.2.1	Období rané dospělosti	97
13.2.2	Období střední dospělosti	97
13.2.3	Období pozdní dospělosti	98
13.2.4	Období stáří	98
14	Psychosomatické projevy syndromu vyhoření	99
15	Terapie psychosomatických poruch	102
15.1	Diagnostika psychosomatických poruch	102
15.1.1	Metoda časové osy (Chvála, Trapková)	103
15.2	Terapeutické nástroje psychosomatické medicíny	104
15.2.1	Psychoterapie v terapii psychosomatických pacientů	107
15.2.2	Další podpůrné techniky a metody v terapii psychosomatických poruch	109
15.2.3	Poradenství v oblasti wellness a životního stylu v prevenci a terapii psychosomatických poruch	113
15.2.4	Metody osobnostního rozvoje v prevenci vzniku psychosomatických poruch	113
	Seznam použité a doporučené literatury	119