

Obsah

Předmluva	9
Úvod	14

1 OBECNÁ ČÁST

1.1 Úvod: Co je psychosomatika?	17
1.2 Jaké poruchy a nemoci patří do psychosomatiky?	21
1.3 Proč reaguje tělo na psychickou zátěž?	23
1.4 Proč zneužíváme své tělo – máme se rádi?	29
1.5 Psychosomatika – tělesno a duševno	37
1.6 Etiopatogeneze aneb kdo nese vinu za psychosomatické onemocnění?	43
1.7 Proč máme strach z psychoterapie?	52
1.8 Jací lidé onemocní psychosomaticky?	62
1.9 Stres a relaxace, sympatikus a parasympatikus aneb jak žít zdravě	64
1.10 Psychosomatická léčba a psychoterapie: shody a rozdíly	69

2 SPECIÁLNÍ ČÁST

2.1 Srdeční onemocnění	81
2.2 Vysoký a nízký krevní tlak	87
2.3 Bronchiální astma a foniatické poruchy	92
2.4 Bolesti hlavy	98
2.5 Bolesti pohybového ústrojí (svalů, kloubů a páteře)	102
2.6 Kožní onemocnění (artefakty, neurodermitis, ekzém)	108
2.7 Gynekologické, urologické a sexuologické poruchy	111

2.8	Funkční gastrointestinální poruchy, vředová choroba dvanáctníku, zánět tenkého a tlustého střeva – Crohnova choroba a ulcerózní kolitida	120
2.9	Poruchy příjmu potravy – anorexie, bulimie a obezita	130
2.10	Nádorové onemocnění – rakovina	140
2.11	Neurologická a psychiatrická psychosomatika	142
2.12	Závěr aneb ještě trochu teorie	149
	Bio-psycho-socio-filozofické pojetí psychosomatiky	152
	Literatura	171
	Rejstřík	172