

HEXAL-RATGEBER

Angsterkrankungen Behandlungsmöglichkeiten

*H.-U. Wittchen • M. Bullinger-Naber • M. Dorfmueller • I. Hand
S. Kasper • H. Katschnig • M. Linden • J. Margraf- H.J. Möller
D. Naber • W. Pöldinger • A. van de Roemer*

26 Abbildungen, 1995



KARGER

Basel • Freiburg • Paris • London • New York •
New Delhi • Bangkok • Singapore • Tokyo • Sydney

Mo

Inhalt

- V Vorwort

Was Sie allgemein über Angst wissen sollten!

- 1 Was ist eigentlich Angst?
10 Angst bei körperlichen Erkrankungen und Eingriffen
14 Wie äußert sich Angst?

Was Sie über Angsterkrankungen wissen sollten!

- 16 Was sind Angststörungen, und wie unterscheiden sie sich von normalen Ängsten?
20 Welche Angststörungen gibt es?
30 Wie entstehen Angststörungen?
36 Was geschieht, wenn ich nichts unternehme?

Wie können Angststörungen behandelt werden?

- 40 Wie können Sie sich selbst helfen?
46 Was Sie über Verhaltenstherapie und psychotherapeutische Verfahren wissen sollten
53 Was Sie über die Therapie mit Medikamenten wissen sollten
59 Angstbewältigung bei schweren körperlichen Erkrankungen und Unfällen (auch für Angehörige)
63 Leben mit Angst?

Anhang

- 65 Der Angstfragebogen
72 Merkblatt »Bewältigung der Angst«
73 Merkblatt »Verhaltenstherapie«
74 Merkblatt »Antidepressiva«
75 Merkblatt »Benzodiazepine«
76 Merkblatt »Betablocker«
77 Hinweise auf hilfreiche Bücher
78 Ein Wegweiser zur Behandlung und einige Adressen
80 Autoren