

Renata Huonker-Jenny

# ***Schleuder- trauma:***

**Das unterschätzte Risiko**

Reportagen, Informationen und  
Behandlungsmöglichkeiten

Mit Beiträgen von Dr. Peter A. Levine  
und Dr. med. Bruno Baviera

Kösel

# Inhalt

Vorwort .....	7
Nach dem Schlag ins Genick .....	11

## Reportagen 15

Unmöglich, so zu leben .....	16
Aus voller Bewegung in die Starre katapultiert .....	23
Mit vierunddreißig steinalt? .....	40
Vierzehn Jahre Schleudertrauma .....	48
Nur ein Fußball .....	65
Gitte entschloss sich zur Operation .....	77
Schleudertrauma? .....	93
»Railway Spine« 1999 .....	108
Ein englischer Spezialist aus dem 19. Jahrhundert berichtet .....	115
Schmerz Los .....	120
In Zeitlupe heraus aus dem Schleudertrauma .....	126
Elena und ihre Erfahrung mit Somatic Experiencing .....	137

## Sachinformationen 145

Vom Schleudertrauma erwischt .....	146
Verleugnung als Symptom erschwert das Kranksein .....	158
Zwischen Verleugnung und Anerkennung .....	160

Ein Begriff auf Schleuderkurs. . . . .	176
Der Moloch Verkehr fordert seinen Tribut . . . . .	179
Was ansteht: Schäden anerkennen. . . . .	182
Die liebe Beweisnot . . . . .	185
Die Auseinandersetzung mit Schmerz und unsichtbaren Krankheiten. . . . .	187
Das Schleudertrauma - eine Zeitkrankheit?. . . . .	197
Der notwendige Paradigmenwechsel: Einfühlung statt Belehrung. . . . .	199

## Anhang 201

Das Schleudertrauma trifft den ganzen Menschen von Dr. med. Bruno Baviera. . . . .	202
Juristischer Rat . . . . .	209
Diagnostik . . . . .	218
Therapien. . . . .	222
Adressen für Betroffene. . . . .	226
Schlusswort . . . . .	231
Anmerkungen. . . . .	234
Literatur. . . . .	239