

74. Siegel DM, Janeway D, Baum J (1998) Fibromyalgia syndrome in children and adolescents: clinical features at presentation and status at follow-up. *Pediatrics* 101:377–382
75. Stephens S, Feldman BM, Bradley N et al (2008) Feasibility and effectiveness of an aerobic exercise program in children with fibromyalgia: results of a randomized controlled pilot trial. *Arthritis Care Res* 59:1399–1406
76. Stormorken H, Brosstad F (1992) Fibromyalgia: family clustering and sensory urgency with early onset indicate genetic predisposition and thus a true disease. *Scand J Rheumatol* 21:207
77. Trapani S, Grisolia F, Simonini G et al (2000) Incidence of occult cancer in children presenting with musculoskeletal symptoms: a 10-year survey in a pediatric rheumatology unit. *Semin Arthritis Rheum* 29:348–359
78. Turk DC, Monarch ES (1996) Biopsychosocial perspective on chronic pain. In: Turk DC, Gatchel RJ (Hrsg) *Psychological approaches to pain management: a practitioner's guide*. The Guilford Press, New York, S 3–29
79. Walker LS, Greene JW (1991) The Functional Disability Inventory: measuring neglected dimensions of child health status. *J Pediatr Psychol* 16:39–58
80. Wang SJ, Fuh JL, Juang KD, Lu SR (2009) Migraine and suicidal ideation in adolescents aged 13 to 15 years. *Neurology* 72:1146
81. Wolfe F, Clauw DJ, Fitzcharles MA et al (2010) The American College of Rheumatology preliminary diagnostic criteria for fibromyalgia and measurement of symptom severity. *Arthritis Care Res* 62:600–610
82. Yunus MB, Khan MA, Rawlings KK et al (1999) Genetic linkage analysis of multicasel families with fibromyalgia syndrome. *J Rheumatol* 26:408–412
83. Yunus MB, Masi AT (1985) Juvenile primary fibromyalgia syndrome. A clinical study of thirty-three patients and matched normal controls. *Arthritis Rheum* 28:138–145

Martin von Wachter
Chronische Schmerzen
Selbsthilfe und Therapiebegleitung,
Orientierung für Angehörige

Berlin Heidelberg: Springer-Verlag GmbH
 2012, 1., 107 S., 14 Abb.,
 (ISBN 978-3-642-19612-6), 19,00 EUR



Psychoedukation ist aus moderner Psychotherapie nicht mehr wegzudenken. Den Patienten zum Experten seiner Krankheit machen, somit letztlich eine partnerschaftliche Entscheidungsfindung bei

der Therapiegestaltung zu ermöglichen, ist hehres Ziel vieler Leitlinien. Aber wie genau funktioniert Psychoedukation?

Martin von Wachers Buch gibt im Untertitel an, „Selbsthilfe und Therapiebegleitung“ zu sein, außerdem „Orientierung für Angehörige“ zu vermitteln und wirbt mit „Konkreten Tipps und Fallbeispielen“, will also einen Beitrag leisten zur Psychoedukation.

Der Text umfasst circa 100 Seiten inklusive 15 Abbildungen und Arbeitsblättern und beginnt mit einer kurzen Einleitung zur Häufigkeit der Schmerzkrankung sowie zur Abgrenzung gegen akuten Schmerz. Die zentrale Aussage: auch wenn das, was apparativ und laborchemisch messbar ist, keine auffälligen Befunde zeigt, Schmerz ist immer „echt“ und nicht eingebildet. Schmerz ist das, was der Betroffene empfindet.

Die Abschnitte des zweiten Kapitels beschäftigen sich mit den biologischen, den psychologischen und den sozialen Komponenten bei Entstehung und Folgen von chronischem Schmerz und den vielen Verflechtungen dieser Bereiche im Sinne eines umfassenden biopsychosozialen Krankheitsverständnisses. Kapitel drei stellt drei unterschiedliche Gruppen von Schmerzkrankungen dar: Schmerz als Begleitsymptom einer körperlichen Schädigung, Funktionelle Schmerzstörungen und Schmerz als Leitsymptom einer psychischen Erkrankung.

Das vierte Kapitel widmet sich der Behandlung chronischer Schmerzen. Ein eigenes Unterkapitel beschäftigt sich mit Akzeptanz als sinnvolle Einstellung bei dem Vorliegen einer chronischen Erkrankung, die helfen kann, eine Balance zwischen gesunden und kranken Anteilen zu finden. Raum läßt der

Autor u.a. dem Aspekt der Ressourcenaktivierung, erläutert und ergänzt durch konkrete Arbeitsbögen, ebenso dem Thema Partnerschaft und Familie.

Im Anhang sind Arbeitsblätter und Adressen von Selbsthilfegruppen, Buch-, Film-, CD- und Podcastempfehlungen zu finden. Es existiert eine eigene Webseite mit Arbeitsbögen zum Ausdrucken und weiteren hilfreichen Materialien zum Hören und Anschauen (<http://www.schmerzen-bewaeltigen.de>).

Das Buch ist konkret, anschaulich, in gut verständlicher Sprache geschrieben, es werden die aktuell gültigen medizinischen Standards berücksichtigt, die Palette der Betrachtungsweise ist breit und umfassend. Die Patienten werden in ihrer Selbstwirksamkeit unterstützt, den Behandlern werden Arbeitsmaterialien angeboten, die sie mit ihren Patienten bearbeiten können. Ich finde es gerade auch als Therapiebegleitung sehr geeignet, weil es Strukturierungshilfen bietet und eine gemeinsame Arbeitsplattform für Behandler und Patienten sein kann. Erfrischend wirken die systemischen Elemente wie die Einbeziehung der Familie und die zirkulären Fragen sowie die Ressourcenorientierung und es ist gerade deshalb auch für Angehörige von Menschen mit chronischen Schmerzen interessant.

Dr. Susanne Altmeyer (Eschweiler)