

# OBSAH

## PSYCHOSOMATIKY

<b>Pozvání do světa psychosomatiky</b>	9
Záludnost slova „normální“	13
Důkazy účinnosti psychosomatického přístupu	18
<b>Něco málo z historie</b>	33
<b>Člověk a jeho svět ve zdraví a nemoci – předmět našeho zájmu</b>	50
<b>Enterální mozek a mikrobiom</b>	58
<b>Emoce</b>	81
Láska	90
Strach	93
Hněv a vztek	97
Údiv aneb „Tatínku, proč včelám krademe med?“	99
Smutek je potřebná emoce	103
Hnus – morální emoce	107
Radost a smích, jak je možná neznáte	113
Důvěra	121
Pomsta není sladká, je hořkosladká	125
Stud a pocit viny	129
<b>Člověk – tvor sociální</b>	133
Peklo je stav duše a peklo je nakažlivé	139
<b>Lidská spiritualita aneb česká nemoc</b>	144
<b>Komunikace a terapeutický vztah z trochu jiného úhlu</b>	156
Připoutávací vazba	159
Typy pacientů	161
Osobnost a reakce lékaře	163
Cykly interakce manipulujícího pacienta s lékařem	167

<b>Spánek – třetina života</b>	178
Nejčastější problémy	181
Řízení cyklu spánek – bdění	186
Odbočka o snech	189
Řešení běžných spánkových poruch	193
<b>Co může dělat tělo pro svou duši – tělesná zátěž a kognice</b>	200
<b>Kůže, čich, hmat a lidské doteky</b>	209
<b>Bolest</b>	226
<b>Placebo jako opomíjená součást léčby</b>	242
Na počátku bylo slovo	242
Praktické použití placeba pro zhodnocení léčby	244
MAC-efekt léku a (jeho) placeba	249
Placebo-efekt na základě podmiňování	255
<b>Nocebo</b>	261
<b>Dráždivý tračník postinfekční versus non-postinfekční</b>	268
Kazuistika	280
<b>Psychogenní kašel</b>	283
<b>Hraniční témata</b>	290
Jsem to já? O depersonalizaci	292
Psychopatie	296
Apotemnofilie	300
Sběratelé životních malérů	302
Othello je v tom nevinně	303
Pica	305
Brouk v hlavě	307
Münchhausenův syndrom	309
Setkání s dvojníkem	311
Couvade syndrom	312
<b>Pár slov na závěr</b>	315
<b>Slovníček častých výrazů</b>	317