

OBSAH

Pozvání do světa psychosomatiky	9
Záludnost slova „normální“	13
Důkazy účinnosti psychosomatického přístupu	18
Něco málo z historie	33
Člověk a jeho svět ve zdraví a nemoci – předmět našeho zájmu	50
Enterální mozek a mikrobiom	58
Emoce	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
Člověk – tvor sociální	133
Peklo je stav duše a peklo je nakažlivé	139
Lidská spiritualita aneb česká nemoc	144
Komunikace a terapeutický vztah z trochu jiného úhlu	156
Připoutávací vazba	159
Typy pacientů	161
Osobnost a reakce lékaře	163
Cykly interakce manipulujícího pacienta s lékařem	167

Spánek – třetina života	178
Nejčastější problémy	181
Řízení cyklu spánek – bdění	186
Odbočka o snech	189
Řešení běžných spánkových poruch	193
Co může dělat tělo pro svou duši – tělesná zátěž a kognice	200
Kůže, čich, hmat a lidské doteky	209
Bolest	226
Placebo jako opomíjená součást léčby	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
Nocebo	261
Dráždivý tračník postinfekční versus non-postinfekční	268
Kazuistika	280
Psychogenní kašel	283
Hraniční témata	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
Pár slov na závěr	315
Slovníček častých výrazů	317