

# Praktische Verhaltensmedizin

---

## **Praktische Verhaltensmedizin**

von Volker Köllner, Michael Broda

Broschiert - Thieme, Stuttgart

39 Abbildungen, 32 Tabellen, 264 Seiten

ISBN: 3131321512

„Praktische Verhaltensmedizin“ wagt den Spagat auf der einen Seite zwischen der Vermittlung des aktuellen evidenzbasierten Wissens, der umfangreichen Forschung zu diesem Thema, und auf der anderen Seite einer anschaulichen und praxisnahen Umsetzung dessen. Dies ist mehr als gelungen. Verhaltensmedizin ist fächerübergreifend und besitzt einen interdisziplinären Ansatz, dies wird in dem vorliegenden Buch deutlich. Damit

geht es über eine lehrbuchhafte Darstellung der Inhalte hinaus. Gerade für den Hausarzt ist die knappe, an Fallbeispielen orientierte Darstellung der theoretischen Grundlagen der Verhaltensmedizin allgemein verständlich beschrieben.

Ausführungen zum Thema „Salutogenese und Prävention“ sind ebenso anschaulich erläutert wie Grundlagen der Gesprächsführung und der Arzt-Patient-Kommunikation in der Verhaltensmedizin.

Im zweiten Teil werden gesundheitsfördernde Maßnahmen wie Entspannungstechniken, körperorientierte Verfahren, Biofeedback, Genusstraining sowie Training sozialer Kompetenzen bildlich erläu-

tert. Teil 3 hat im Zentrum den Abbau von Risikoverhalten (Rauchen, Übergewicht, Stress, Ärgererleben und chronisches Krankheitsverhalten).

Teil 4 widmet sich psychischen Problemen in der ärztlichen Praxis, wobei die Prävalenzen und Wichtungen durchaus der allgemeinmedizinischen Praxis entsprechen. Wichtig und außergewöhnlich ist ein Kapitel zur Verhaltenstherapie bei älteren Menschen.

Im Vergleich zu anderen (eher Lehr-)Büchern ist „Praktische Verhaltensmedizin“ kürzer, effizienter beschrieben und mit vielen Fallbeispielen unterlegt.

Dr. med. Antje Bergmann