

Inhalt

Für Renate, Nico und Lukas

Persönliches Vorwort	10
Einleitung	12
WEGE DER SCHMERZHEILUNG – SO HABEN WIR ES GESCHAFFT!	18
Viele Puzzlesteine zum Lebensglück	20
<i>Christel Kammerer</i>	
Schmerzlos nach der ersten Spritze	29
<i>Josef Bauernfeind</i>	
Zeit für Wärme und mich	36
<i>Erika Seitz</i>	
Steh auf und geh!	45
<i>Regina Luger</i>	
Ein Warnsignal für den Fahrdienstleiter	52
<i>Rudolf Tohmsitz</i>	
Wenn Wirbeln warnen	59
<i>Mag. Reinhard Hötzeneder</i>	
Glaube und heilsame Lebensentscheidungen	64
<i>Alois Saurugg</i>	
Halbgott in Weiß	75
<i>Marion Karner</i>	

Minikamera mit Durchblick	82
<i>Leopold Weichberger</i>	
Sportarzt mit glücklicher Partnerwahl	87
<i>Dr. Günter Stefan</i>	
Am Kreuz-Weg	91
<i>Dr. Klaus Huber</i>	
Eines Tages wird der Schmerz ganz einfach wegbleiben	98
<i>Marianne Meyer</i>	
Umgang mit Schmerzen	105
Gespräch mit <i>Schwester Huberta</i>	
Wegen Fußschmerzen in die Psychiatrie	111
<i>Herr Seyfried</i>	
Geknickt wie ein Strohalm	116
<i>Heidemarie Preis</i>	
Um Hilfe bitten	122
<i>Christiane Koch</i>	
Hören, was der Körper sagt	133
<i>Christine Schnaubelt</i>	
Sanitäter in der Not	137
<i>Gottfried Staufer</i>	
Schmerzen ohne Namen	140
<i>Harald Unter</i>	
Ein ganz normaler Unfall	143
<i>Christine Wagner</i>	

Da kann man nicht viel machen	147
<i>Frau Hildegard</i>	
Ein Indianer kennt keinen Schmerz	149
<i>Susanne Fiala</i>	
Ich will selbst etwas tun	157
<i>Frau Harrer</i>	
NEUESTE ERKENNTNISSE DER EXPERTEN	163
Zähne zusammenbeißen ist der falsche Weg	164
von <i>Univ.-Prof. Dr. Günther Bernatzky</i>	
Schmerzen überschreiben	169
<i>Interview mit Prof. Dr. Walter Zieglgänsberger</i>	
Schmerzen wegdenken	175
von <i>DDDr. Karl Isak</i>	
Chronischer Schmerz ist interdisziplinäre Herausforderung	179
von <i>Prim. Dr. Peter Pauly MSc</i>	
Betroffene formieren sich: Selbsthilfegruppen	182
von <i>Susanne Fiala</i>	
Schlussfolgerungen	186
Persönliches Nachwort	199
Kontakte und Adressen	204
Literaturhinweise	207
Danksagung	208