

Inhalt

Vorwort	9
HANS DIETER ESPERER Physiologische Grundlagen der Herzfrequenzvariabilität	11
HENDRIK SCHMIDT, PATRICK TYMIEC, KARL WERDAN & URSULA MÜLLER-WERDAN Die autonome Funktion beim Gesunden und Herzkranken sowie im Alter	41
MICHAEL MÜCK-WEYMANN Anwendungen der Herzfrequenzvariabilität in Medizin und Psychologie	55
KATJA KUHN & PETRA PLATEN Herzfrequenzvariabilität als diagnostisches Instrument zur Belastungssteuerung bei kardialen Patienten	65
CARMEN GROTHE, ANDREAS HAHN & KUNO HOTTENROTT Zum Einfluss des Mediums Wasser auf die Herzfrequenz und ihre Variabilität	75
ANDREA HORN, HEIKE BORBEIN, MATHIAS OTTE, HENRY SCHULZ & HERMANN HECK Verhalten der morgendlichen Herzfrequenzvariabilität in der Regeneration nach einmaliger erschöpfender Ausdauerbelastung	86
SANDRA ÜCKERT & WINFRIED JOCH Der Einfluss von Kälte (Ganzkörperkälteapplikation) auf die Herzfrequenzvariabilität als Regenerationsoptimierer	103
WINFRIED JOCH & SANDRA ÜCKERT Die Herzfrequenzvariabilität unter Belastungsbedingungen nach Kälteapplikation	112
DEBORAH LÖLLGEN, KLAUS JUNG & MICHAEL MÜCK-WEYMANN Herzratenvariabilität (HRV) im Sport – Methodische Überlegungen zur vergleichenden Messung mittels Polar® S810 und Standardmethoden der Medizin	121

KARIN PÖHLMANN, TIM GOTTSCHALK, KATJA PETROWSKI, PETER JORASCHKY & MICHAEL MÜCK-WEYMANN Bio-psycho-soziale Fitness als psychophysische Funktion von Lebenszielen	136
OLAF HOOS, BIRGIT HEIDENREICH, MANFRED BETZ, OLIVER STOLL & KUNO HOTTENROTT Effekte einer körperorientierten Entspannung auf Herzfrequenzvariabilität und Befindlichkeit	142
MICHAEL MÜCK-WEYMANN, MARTIN SIEPMANN, KARIN PÖHLMANN & PETER JORASCHKY Die Wirkung von Baldrian-Extrakt auf Herzratenvariabilität, Schlaf und kognitive Funktionen	153
MICHAEL MÜCK-WEYMANN, KARIN PÖHLMANN, PETER JORASCHKY & KARIN ZELLER Einfluss von Johanniskrautextrakt auf psychische und neurokardiale Funktionsparameter bei Patienten mit Stress-Symptomen	155
OLAF HOOS, RENÉ ZWICKERT, HANS-MARTIN SOMMER & KUNO HOTTENROTT Zur Eignung der Herzfrequenzvariabilität bei Diagnose und Treatment von ADHS	159
MICHAEL MÜCK-WEYMANN, KARIN PÖHLMANN, MARTIN SIEPMANN & PETER JORASCHKY Depressivität als Modulator autonomer Kontrolle und kardialen Risiko?	168
CLAUDIA SIFKOVITZ, MICHAEL HANISCH, MICHAEL DETLEF ALBRECHT, PETER JORASCHKY & MICHAEL MÜCK-WEYMANN Einschränkungen der Herzratenvariabilität und subjektive Nebenwirkungen unter Therapie mit 25 mg Amitriptylin bei Schmerzpatienten	171
HENRY SCHULZ, ANDREA HORN, LARS GÜLLAND, ANDREAS HOFFMANN & HERMANN HECK Evaluation der Bestimmung der Leistungsfähigkeit mit der Own-Index™-Funktion des Herzfrequenzmessgerätes M52 der Firma Polar®	174
SILKE BAUER & ANNELIESE BERBALK Untersuchungen zur Eignung der Herzfrequenzvariabilität für die Trainingssteuerung	181

KUNO HOTTENROTT, ANDREAS LAUENROTH & RENÉ SCHWESIG Der Einfluss eines achtwöchigen Walkingtrainings auf die Herzfrequenz und die Herzfrequenzvariabilität bei über 60-jährigen	191
ROBERT FELGNER & KUNO HOTTENROTT Herzfrequenzvariabilität bei Laufband-, Ruder- und Radergometer- belastungen	198
GEROLD GEBHARDT & KUNO HOTTENROTT Belastungssteuerung mit der Herzfrequenz und Herzfrequenzvariabilität beim Radsporttraining mit Kindern	207
ANDREA HORN, ALEXA GRUNDL, HENRY SCHULZ & HERMANN HECK Minimum der HRV-Leistungskurve, Vergleich zu Kriterien der Ausdauerleistungsfähigkeit und Einfluss des Belastungsprotokolls	219
HANNO STRANG & ELKE KNISEL Die Herzfrequenz als Steuerungsparameter für ein Motivationsförder- programm im Präventionssport	237
Verzeichnis der Erstautoren	245