Psychosomatik

Dr. med. Barbara Lieberei

**Heinrich-Heine-Klinik Potsdam
und Forschungsgruppe Psychosomatische Rehabilitation
an der Charité Universitätsmedizin Berlin**

Psychosomatik: Eine allgemeine Lehrbuchdefinition

(nach Hoffman & Hochapfel, 1992)

Psychosomatische Medizin ist die Lehre von den körperlich-seelischen-sozialen Wechselwirkungen in der Entstehung, im Verlauf und in der Behandlung von menschlichen Krankheiten. Sie muss ihrem Wesen nach als personen-zentrierte Medizin verstanden werden.

Altes Konzept der klassischen „Psychosomatosen“ („holy seven“)

- peptisches Geschwür (Ulcus pepticum)
- Colitis ulcerosa
- Asthma bronchiale
- essentieller Bluthochdruck (Hypertonie)
- rheumatoide Arthritis
- Hyperthyreose
- atopische Neurodermitis

Ein anderer Definitionsansatz...

(z.B. Ermann, 2004)

- Unter psychosomatischen Erkrankungen kann man allgemein Phänomene zusammenfassen, bei denen das Krankheitsbild in seiner unmittelbaren pathophysiologischen Fundierung zwar organisch bedingt ist, bei denen aber psychische Faktoren bei der Entstehung, Veränderung oder Aufrechterhaltung in erheblicher Weise wirksam werden.

Was kann „Psychosomatik“ praktisch bedeuten?

- Patientenführung und ganzheitliche Behandlung
- Berücksichtigung von psychischen Aspekten bei körperlichen Erkrankungen
- Behandlung psychischer Erkrankungen mit vorrangig somatoformen Symptomen (z.B. somatoforme Störungen)
- Schulung von Patienten zur Verbesserung der Krankheitsverarbeitung und Lebensstiländerung (z.B. Diabetes, Übergewicht)
- Behandlung von körperlichen Krankheiten durch Verhaltensänderung (z.B. chronischer Tinnitus, Migräne)
- Behandlung von interagierender somatischer und psychischer Komorbidität (z.B. Angststörungen nach Herzerkrankung)
- Multimodale und interdisziplinäre Behandlung im Rahmen der stationären psychosomatischen Rehabilitation

Geplanter Kursablauf

Tag 1:

- Einführung somatoforme Störungen mit Überblick über Behandlungsmodule
- Schwere körperliche Erkrankungen und Psyche am Beispiel Kardiopsychosomatik: Fokus auf Angstreaktionen und depressive Symptomatik

Tag 2:

- Exkurs: Verbitterung bei somat. Erkrankungen
- Migräne
- Chronischer Tinnitus
- Exkurs: euthyme Therapieverfahren (Modelle, Genuss- und Achtsamkeitstraining)

Was möchte ich vermitteln?

- Überblick über verschiedene Störungsbilder psychosomatischer Kliniken und das Zusammenspiel von psychischen und somatischen Faktoren
- Besonderheiten der Patienten, ihrer Krankheitswahrnehmung und des therapeutischen Kontakts
- Vermittlung psychosomatischer Modelle an Patienten
- Spezifische Schwierigkeiten der Krankheitsakzeptanz und Krankheitsbewältigung (Arbeit an Kasuistiken)
- Überblick über therapeutische Herangehensweisen (mit Übungselementen und schwierigen Therapiesituationen) aus der klinischen Praxis
- Gern Einbindung von Fällen/Erfahrungen der Teilnehmer!