

Angststörungen

Angst ist eine natürliche und hilfreiche Reaktion unseres Körpers. Wenn die Angst jedoch in eigentlich ungefährlichen Situationen auftritt und unkontrollierbar wird, kann sie zu einem starken Leidensdruck führen. In der Folge werden diese Situationen vermieden oder unter starker Furcht ertragen.

Die häufigsten Formen von Angststörungen sind:

- **Generalisierte Angststörung:**
Betroffene machen sich übermäßige Sorgen in verschiedenen Lebensbereichen. Häufig kreisen die Sorgen um die eigene Unversehrtheit oder die der Angehörigen.
- **Soziale Angststörung:**
Die Betroffenen haben übermäßige Furcht vor sozialen Situationen (z.B. vor den prüfenden Blicken anderer Menschen).
- **Spezifische Phobien:**
Die Betroffenen haben Angst z.B. vor Tieren, vor Höhen, vor engen Räumen (Aufzug, Tunnel), vor dem Anblick von Blut oder Verletzungen. Dazu gehört auch die Agoraphobie (Angst, sich an Orten aufzuhalten, an denen eine Flucht schwierig oder peinlich wäre oder Hilfe nicht erreichbar ist). Häufig tritt Agoraphobie in Verbindung mit einer Panikstörung auf.

Eine unbehandelte Angststörung kann sich zunehmend verselbstständigen. Es entsteht die „Angst vor der Angst“. Allein die Vorstellung, dass die gefürchtete Situation eintreten könnte, löst meist schon Erwartungsangst aus. Die Betroffenen ziehen sich immer mehr zurück und zweifeln zunehmend an ihren eigenen Fähigkeiten. In der Folge entwickeln die Betroffenen häufig eine depressive Symptomatik oder greifen zu beruhigenden Substanzen, was zu einer Missbrauchssymptomatik führen kann.

Behandlungsziele

Nach Erarbeitung eines individuellen Behandlungsplans möchten wir gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten

- akute Krisen und spezifische Grunderkrankungen bewältigen,
- das psychische Beschwerdebild verbessern und zurückbilden,
- durch Psychoedukation das Verständnis für die Erkrankung und die Therapieschritte verbessern,
- eine Symptomlinderung erreichen,
- eine Tagesstruktur etablieren,
- angemessene Bewältigungsstrategien im Umgang mit Belastungen erarbeiten,
- Autonomie und Selbstbestimmung erhalten und fördern,
- eine Verbesserung der Lebensqualität erreichen,
- Verständnis für auslösende und aufrechterhaltende Faktoren von psychischen Störungen erarbeiten,
- Ressourcen erkennen, erhalten und fördern,
- Zukunftsperspektiven erarbeiten.

Unsere Behandlungsziele bestehen darin, die psychische Gesundheit, die Lebenszufriedenheit, sowie die Eigenständigkeit und Selbsthilfe zu fördern.

Kontakt und Aufnahme:

Patientenmanagement

Tel.: +49 5222 188-0
info@badsalzuflen.ameos.de

Station 7

Tel.: +49 (0)5222 188-477

So finden Sie uns:



AMEOS Klinikum Bad Salzufen
Waldstraße 2
D-32105 Bad Salzufen
Tel. +49 (0)5222 188-0
Fax +49 (0)5222 188-199
info@badsalzuflen.ameos.de

Stand: 05-2023

AMEOS



AMEOS Klinikum Bad Salzufen

**Psychosomatische Medizin und
Psychotherapie**

Station 7



Wussten Sie schon,

- dass ein Drittel der Bevölkerung im Laufe eines Jahres an mindestens einer psychiatrischen Erkrankung leidet?
- dass Depressionen und Angststörungen weit verbreitet sind und ein Gutachten der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) von Volkskrankheiten spricht?
- dass eine stationäre Psychotherapie schnelle Hilfe in schwierigen Lebenssituationen bieten kann, während Ratsuchende auf eine ambulante Psychotherapie bis zu einem Jahr warten müssen?

Psychotherapie kann helfen,

- wenn schon das Aufstehen Kraft kostet.
- wenn Ängste Ihr Leben beherrschen und Sie sich über positive Momente nicht mehr freuen können.
- wenn Sie sich bei der Arbeit nicht mehr konzentrieren können oder häufig Fehler machen.
- wenn Sie schlecht schlafen, nicht mehr einschlafen oder durchschlafen können. Schlafstörungen können ein Frühwarnzeichen sein.
- wenn Auszeiten wie Urlaub nicht mehr ausreichen, um wieder fit für den Alltag zu werden.
- wenn ein Burn-out Sie daran hindert, das zu tun, was sie tun möchten.

Gemäß unserem Leitbild nehmen wir den Menschen in seiner individuellen Situation ernst, geben ihm Sicherheit und Orientierung und helfen ihm durch konsequente und kompetente Begleitung bei der Bewältigung des Alltags und einer sinnvollen Tagesstrukturierung.

Unter Berücksichtigung der Einflüsse von Familie, Freunden, Arbeit und Wohnsituation unterstützen wir den Menschen bei der Entwicklung individueller und realistischer Lebensperspektiven.

Behandlungsangebot

Das multiprofessionelle Team der Station 7 ist spezialisiert auf die Behandlung von folgenden Diagnosen:

Borderline Persönlichkeitsstörung

Patienten und Patientinnen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung leiden häufig unter wiederkehrenden emotionalen Krisen und emotionaler Instabilität.

Dabei können folgende Symptome auftreten:

- ausgeprägte Stimmungsschwankungen
- Schwierigkeiten bei der Bewältigung von Spannungszuständen
- Gefühle der inneren Leere
- Neigung zu selbstschädigendem und selbstverletzendem Verhalten
- Suizidversuche
- gestörte Beziehungsregulierung
- ausgeprägte Angst

Die Betroffenen erleben oft kurzfristig einsetzende, starke Spannungszustände, die als unerträglich erlebt werden, keinem klaren Gefühl zugeordnet werden können und mit dem automatischen Gedanken „Ich halte das nicht mehr aus!“ einhergehen.

Posttraumatische Belastungsstörung

Menschen, die an einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) leiden, haben in ihrem Leben eine oder mehrere extrem belastende (traumatische) Erfahrungen gemacht. Seitdem

- leiden sie unter wiederkehrenden und sich aufdrängenden Erinnerungen an das traumatische Ereignis, z. B. in Form von Bildern und Albträumen haben sie das Gefühl, als würde das Ereignis gerade jetzt geschehen.
- vermeiden sie Orte, Gespräche oder Dinge, die an das Trauma erinnern.
- sind sie schreckhafter und leiden unter einer erhöhten Anspannung und Wachsamkeit.
- haben sie ein Gefühl von innerer Leere und Taubheit.
- haben sie Erinnerungslücken bezüglich des traumatischen Ereignisses.

All diese Symptome sind zunächst als normale Reaktion auf ein unnormales Ereignis zu verstehen. Von einer PTBS spricht man, wenn die Symptome länger als einen Monat anhalten, sich dauerhaft verfestigen, zu einer deutlichen Beeinträchtigung im Alltag führen und einen erhöhten Leidensdruck verursachen. Deshalb ist es wichtig, eine PTBS ernst zu nehmen und behandeln zu lassen. Je früher eine PTBS als solche erkannt und behandelt wird, desto besser sind die Chancen auf eine erfolgreiche Bewältigung.



Zwangsstörungen

Bei einer Zwangsstörung verspüren die Betroffenen einen inneren Drang, bestimmte Dinge zu denken oder zu tun. Die Betroffenen wehren sich zwar gegen diesen Drang, den sie als übertrieben erleben, können sich ihm aber meist nicht willentlich entziehen. Vielmehr erleben sie bei der Unterdrückung des Zwangs starke Anspannung und Angst.

Es werden verschiedene Unterformen der Zwangsstörung unterschieden:

- **Reinigungs- und Waschwänge** (z.B. Zwang sich immer wieder die Hände waschen zu müssen)
- **Kontrollzwänge** (ständiges Kontrollieren von Herdplatten, Türen, Fenstern)
- **Wiederholungs- und Zählzwänge** (Wiederholungsrituale, wie z.B. Zahlen, Wörter)
- **Sammelzwänge oder zwanghaftes Horten** (Betroffene können nichts wegwerfen)
- **Ordnungszwänge** (Zwang zur perfekten Ordnung)

Die Störung führt zu erheblichen Belastungen und Beeinträchtigungen im Alltag. Die Betroffenen verlieren durch die Zwänge viel Zeit und Energie und empfinden einen hohen Leidensdruck.

