

Psychische Folgen von Behinderungen / chronischen Erkrankungen



LWL-Klinik Münster
Prof. Thomas Reker

Fahrplan

- **Wie entstehen psychische Störungen?**
 - **Das Vulnerabilitäts – Stress - Coping Modell**
- **Depression als Beispiel**
 - **Begriffe, Symptome, Verlauf, Entstehung, Therapie**

Vulnerabilitäts-Stress-Coping Modell

- allgemeines Modell zur Entstehung psychischer Störungen
- mehrdimensionales und integratives Modell, das psychologische, biologische und soziale Aspekte bei der Entstehung psychischer Störungen berücksichtigt
- bietet die Grundlage für eine mehrdimensionale Therapie



Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

Vulnerabilität

- wörtlich: Verletzlichkeit
- meint die Anfälligkeit eines Menschen für eine bestimmte Erkrankung, die Erkrankungsbereitschaft
- in die Vulnerabilität gehen ein
 - genetische Faktoren,
 - biologische Faktoren,
 - frühkindliche und spätere (Lern-) Erfahrungen, Belastungen oder Traumata



Stress

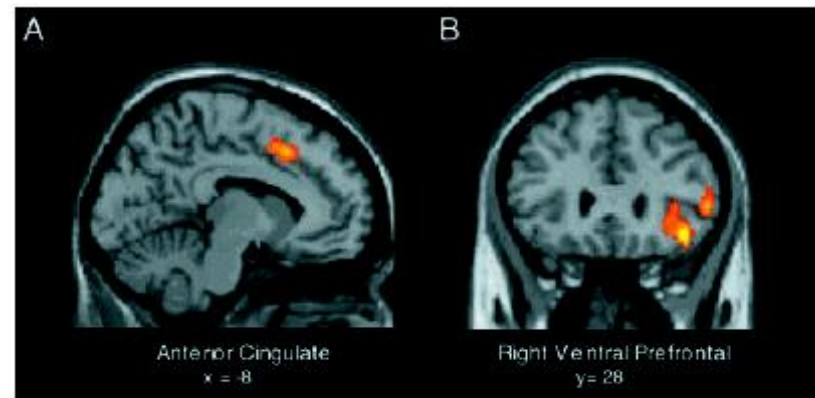
- sehr allgemeiner Stressbegriff
 - chronische äußere Belastungen
 - life events
 - innerpsychische Konflikte
 - interpsychische Konflikte
 - akute körperliche Erkrankungen oder Veränderungen
 - chronische Erkrankungen, Behinderungen
Schmerzen
 - soziale Exklusion
 -

Sozialer Ausschluss schmerzt...

Does Rejection Hurt? An fMRI Study of Social Exclusion

Naomi I. Eisenberger,^{1*} Matthew D. Lieberman,¹
Kipling D. Williams²

A neuroimaging study examined the neural correlates of social exclusion and tested the hypothesis that the brain bases of social pain are similar to those of physical pain. Participants were scanned while playing a virtual ball-tossing game in which they were ultimately excluded. Paralleling results from physical pain studies, the anterior cingulate cortex (ACC) was more active during exclusion than during inclusion and correlated positively with self-reported distress. Right ventral prefrontal cortex (RVPFC) was active during exclusion and correlated negatively with self-reported distress. ACC changes mediated the RVPFC-distress correlation, suggesting that RVPFC regulates the distress of social exclusion by disrupting ACC activity.



LWL

Für die Menschen.

Für Westfalen-Lippe.

Coping

- to cope: mit etwas fertig werden, etwas bewältigen
- Bewältigungsmechanismen im Umgang mit Stress und Belastungen
 - psychologische Mechanismen
 - physiologische Mechanismen
 - individuelle Ressourcen
 - soziale Unterstützung

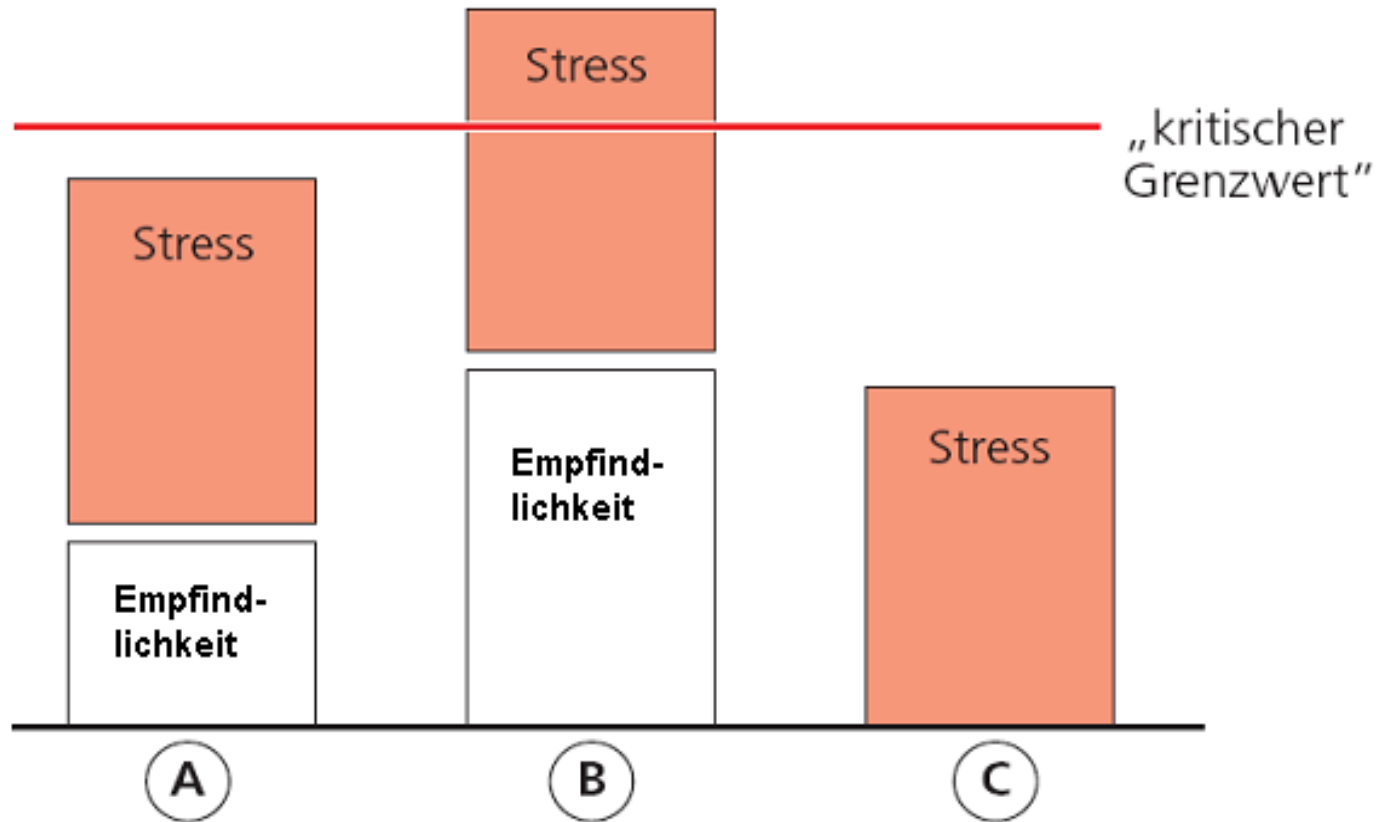
Vulnerabilitäts-Stress-Coping Modell

- Eine psychische Störung entwickelt sich, wenn durch akuten oder chronischen Stress die individuellen Bewältigungsmechanismen so weit überfordert werden, dass die individuelle Vulnerabilitätsschwelle überschritten wird.



Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

Vulnerabilitäts-Stress-Coping Modell



Die Krankheit Depression

LWL

Für die Menschen.

Für Westfalen-Lippe.

Sag mir, wen du meinst

- Traurigkeit
- burn – out
- Trübsal
- endogene Depression
- „schlecht drauf“
- Nervenzusammenbruch
- Melancholie
- depressive Neurose
- Weltschmerz
- Depressive Belastungsreaktion
-



Für die Menschen.

Für Westfalen-Lippe.

Kernsymptome der Krankheit Depression

- Gedrückte Stimmung
- Freudlosigkeit / Interessenverlust
- Verminderung des Antriebes / erhöhte Ermüdbarkeit



Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

Weitere Symptome

- vermindertes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen
- Gefühle von Wertlosigkeit und Schuld
- Konzentrationsstörungen
- Ängste, v. a. Zukunftsängste, Ängste etwas nicht zu schaffen
- unklare körperliche Symptome, v. a. Schmerzen
- Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Schwäche, Gefühl der Schwere,
- eingeschränkte Leistungsfähigkeit
- verminderter Appetit, Gewichtsverlust



Für die Menschen.

Für Westfalen-Lippe.

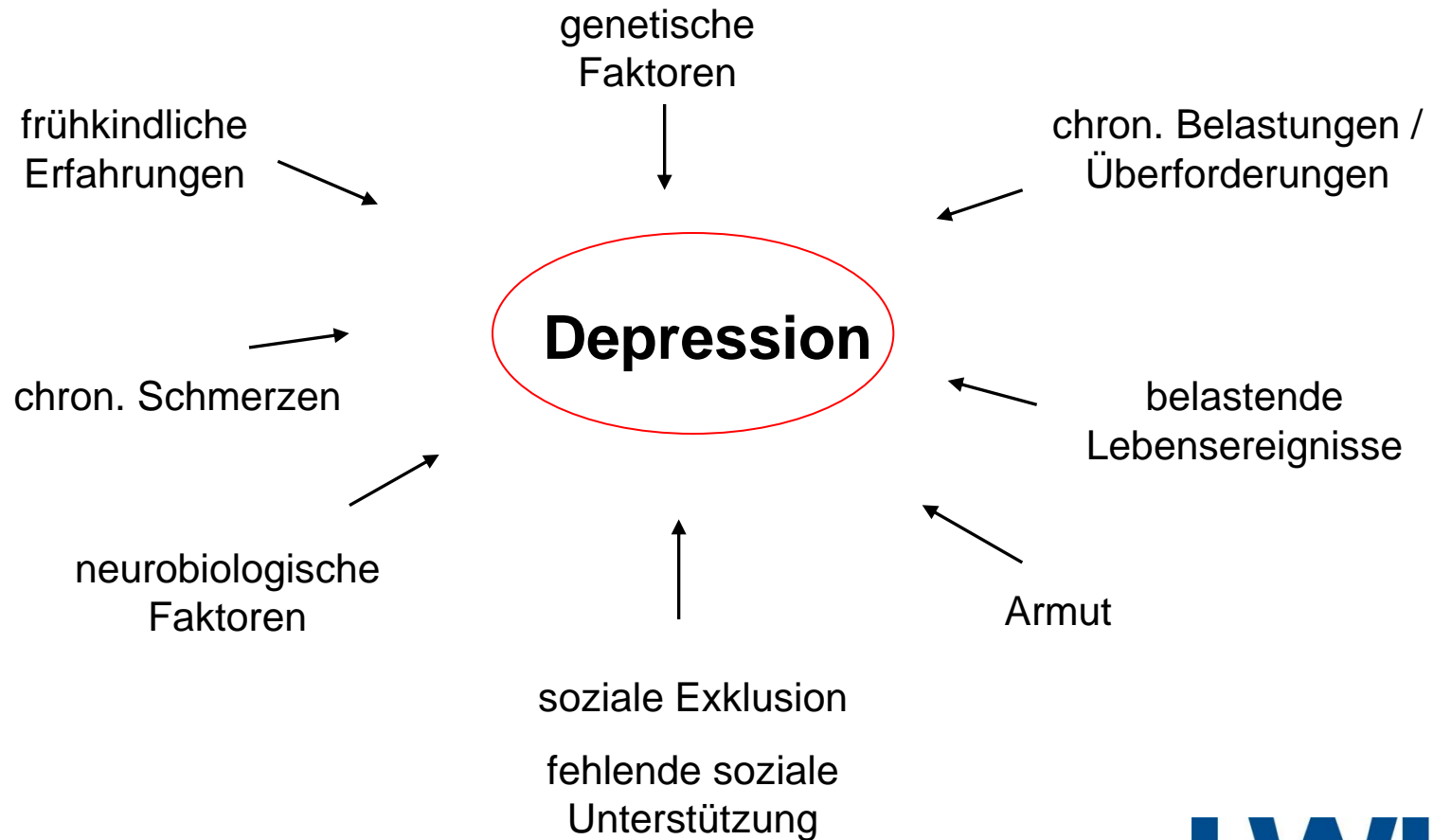
Weitere Symptome

- Schlafstörungen, v. a. frühmorgendliches Erwachen
- Tagesschwankungen, v. a. Morgentief
- Verlust von sexuellem Interesse
- sozialer Rückzug, Isolation
- Vernachlässigung von alltäglichen Aufgaben
- Wahngedanken (Schuld, Versündigung, Verarmung, Krankheit)
- Suizidalität

Verlaufsformen depressiver Störungen

- einmalige depressive Phase (Symptome länger als zwei Wochen)
- rezidivierende (wiederholte) depressive Phasen
- (bipolare Verläufe)
- Chronifizierung nach phasenhaftem Verlauf ist möglich
- primär chronische Verläufe (Dysthymie, depressive Persönlichkeit / Persönlichkeitsstörung)

Depressionen haben nicht eine Ursache



Drei Perspektiven auf Depressionen

- **Neurobiologisch:** Stoffwechselstörung des Gehirns, komplexe Störung des Neurotransmitterhaushaltes (Serotonin, Noradrenalin, Dopamin etc.)
- **Psychologisch:** Veränderte Wahrnehmung und verändertes Erleben des eigenen Selbst und der Umwelt („Schwarze Brille“)
- **Sozial:** Rückzug aus sozialen Beziehungen und Rollen

Diese drei Perspektiven schließen sich nicht gegenseitig aus, sondern ergänzen sich!

LWL

Für die Menschen.

Für Westfalen-Lippe.

Schwierigkeiten, Depressionen zu erkennen

- nicht wahr haben wollen
- Angst vor Ablehnung und Stigmatisierung
- Erklärungen, die den Zustand als „normal“ erscheinen lassen
- im Vordergrund stehende körperliche Beschwerden
- Komorbiditäten, z.B. Alkohol und Drogenkonsum
- Mangelndes Wissen über die Krankheit (bei Ärzten und Betroffenen)
-



Prinzipien der Depressionsbehandlung

- die Behandlung ist auf die Lebenssituation, die besonderen Bedürfnisse und die Möglichkeiten des einzelnen Patienten ausgerichtet
- Patienten und ihre Angehörigen werden in die Behandlung einbezogen
- Die Kombination von Therapiemaßnahmen ist jeder Einzelmaßnahme überlegen
- Behandlung und Vorbeugung gehen Hand in Hand



Möglichkeiten der Depressionsbehandlung

- Information und Aufklärung
- Psychotherapie
- Medikamentöse Behandlung
- körperliche Aktivierung und Anleitung zu positiven Aktivitäten

LWL

Für die Menschen.

Für Westfalen-Lippe.

Information und Aufklärung

- Krankheitsmodell vermitteln
- Entlastung des Umfeldes
- Aufklärung über Möglichkeiten der Behandlung
- Aufklärung über Risiken (z.B. Suizidalität) und Nebenwirkungen der Therapie
- Informationen über Verlauf und Prophylaxe
- Informationen über den Umgang mit Symptomen
- Reduktion des Stigmas durch Aufklärung der Bevölkerung (Bündnis gegen Depression)



Psychotherapie

- **in der akuten Phase:**
 - Verständnis; Begleitung, Sicherheit geben
 - Entlastung
 - Optimismus und Hoffnung stützen
- **später:**
 - Bearbeitung von Faktoren, die die Depression ausgelöst haben oder unterhalten
 - Bearbeitung von Einstellungen, die die Depression fördern
 - Bearbeitung von unbewussten Konflikten, früh erlernten Verhaltensweisen und Einstellungen



Medikamentöse Behandlung

- moderne Antidepressive sind gut wirksame und in der Regel gut verträgliche Medikamente
- Antidepressive bessern depressive Symptome
- Antidepressiva machen nicht abhängig und verändern nicht die Persönlichkeit
- Antidepressiva brauchen 10-14 Tage bis sie zu wirken beginnen
- über den Einsatz von Antidepressiva muss – wie bei allen anderen Medikamenten – unter Abwägung von Nutzen und Risiken / Nebenwirkungen entschieden werden
- eine antidepressive Therapie muss ärztlich überwacht werden
- eine medikamentöse Vorbeugung erneuter Erkrankungen ist sinnvoll (Rezidivprophylaxe)



Aktivierung und Anleitung zu positiven Aktivitäten

- eine Einstellungsänderung herbeiführen:
 - nicht mit Aktivitäten warten bis es besser geht, sondern Aktivitäten unterstützen die Besserung
- Sport und körperliche Aktivierung
- Ablenkung von Symptomen
- Erfolgserlebnisse schaffen
- Rückzug und Isolation entgegen arbeiten

ambulant oder stationär?

- die meisten Depressionen können ambulant behandelt werden
- stationäre Therapie kann indiziert sein bei
 - schweren Depressionen
 - Therapieresistenz
 - Suizidgefahr
 - einem belastenden häuslichen Umfeld
- tagesklinische Behandlung als Kompromiss

Depressionen...

- sind häufige Krankheiten (jeder 7. Mensch erleidet in seinem Leben eine depressive Phase)
- können sehr unterschiedliche Symptome haben
- haben unterschiedliche Ursachen und Hintergründe
- können sehr unterschiedlich verlaufen
- treffen immer den ganzen Menschen (Denken, Fühlen und Handeln)
- sind erkennbar und behandelbar



Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

**Depression kann jeden treffen
Depression hat viele Gesichter
Depression ist behandelbar**

bündnis
gegen

DEPRESSION

**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit !**

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.