

Psychosomatische Störungen

- Informationen über Ursachen, Symptome, Behandlung



Abbildung: http://www.polikum.de/uploads/RTEmagicC_SteinTurmWasser_02.jpg [Zugriff 24.01.2011]

Psychotherapeutische Praxis
Dipl.-Psych. Armin Yusuf Zalitis
Psychologischer Psychotherapeut
Gothaer Straße 39, 28215 Bremen
Fon: 0421-357227, Fax: 0421-3509330
Email: praxis@zalitis.de
Homepage: www.zalitis.de

Einleitung

Jedem von uns sind Aussagen bekannt, mit denen man bestimmte Gefühle zum Ausdruck bringen möchte: „Es bricht mir das Herz. Das liegt mir schwer im Magen. Da kommt mir die Galle hoch.“ Oft wird es so dahin gesagt und niemand misst dem Bedeutung bei. Dennoch findet sich hier eine Wahrheit: Körper und Psyche kann man nicht trennen.

Viele Menschen leiden unter Schmerzen, deren Ursache kein Arzt finden kann. Sie irren oft verzweifelt von Arzt zu Arzt, bis sie irgendwann jemand darauf hinweist, dass ihre Qualen psychischer Natur sein könnten und Botschaften innerer Konflikte oder Defizite sind.

Unter psychosomatischen Störungen werden körperliche Beschwerden zusammengefasst, die sich nicht oder nicht ausreichend auf eine organische Erkrankung zurückführen lassen. Neben den Allgemeinsymptomen wie zum Beispiel Müdigkeit und Erschöpfung lassen sich vor allem Schmerzsymptome feststellen, gefolgt von Herz-Kreislauf-Beschwerden und Magen-Darm-Beschwerden. Die Betroffenen beschäftigen sich anhaltend damit, ernsthaft krank zu sein, obwohl dies mehrfach von Ärzten nicht bestätigt wurde.

Ursachen

Es wird angenommen, dass somatoforme Störungen bei ca. 80% der Bevölkerung zumindest zeitweise auftreten, jedoch in der Regel „von selbst“ vorübergehen und den Beschwerden in der Regel kaum Beachtung geschenkt werden.

Bei einigen Personen können sich die Beschwerden aber chronifizieren (dauerhaft auftreten) und eine zentrale Rolle im Leben einnehmen. Davon sind etwa vier bis elf Prozent der Bevölkerung betroffen, wobei Frauen häufiger unter Somatisierungsstörungen leiden als Männer.

Im traditionellen, psychodynamischen Verständnis, basiert der Begriff Somatisierungsstörung auf der Annahme, dass die körperlichen Symptome der betroffenen Person die symbolische Lösung eines unbewussten psychischen Konflikts repräsentieren, welche angstreduzierend wirkt und die Funktion besitzt, den intrapsychischen (innerhalb der Psyche ablaufenden) Konflikt außerhalb des Bewusstseins zu halten. Das bedeutet, ein innerseelischer Konflikt, wird im Rahmen einer somatoformen Störung symbolhaft in ein Symptom umgewandelt, die in Form von Schmerzen auftreten.

Formen

- **Somatisierungsstörung:**
Charakteristisch sind multiple, wiederholt auftretende und häufig wechselnde körperliche Symptome, die meist bereits seit einigen Jahren Bestand haben. Oftmals haben die Betroffenen eine langwierige und komplizierte Anamnese (Erhebung der Krankengeschichte) hinter sich, mit vielen negativen Untersuchungen bis hin zu ergebnislosen Operationen. Die Symptome können sich auf jeden Körperteil oder jedes Körpersystem beziehen.
- **Hypochondrische Störung:**
Das primäre Kennzeichen ist die beharrliche Beschäftigung mit der Möglichkeit, an einer oder mehreren schweren und fortschreitenden körperlichen Krankheiten zu leiden. Dies zeigt sich durch anhaltende körperliche Beschwerden oder ständige Beschäftigung mit der eigenen körperlichen Erscheinung. Normale oder allgemeine Empfindungen werden von der betroffenen Person oft als abnorm oder belastend interpretiert.

Symptome

Somatoforme Störungen können sich in einer Vielzahl von Symptomen äußern. Die nachfolgende Abhandlung soll einen Einblick in mögliche Erscheinungsformen geben:

- **Allgemeine Schmerzsymptome**
(z.B. Kopf- oder Gesichtsschmerzen, Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen)
- **Im Bereich der Atmung**
(z.B. Atemhemmung, Luftnot, Halsenge)
- **Im Bereich des Herzkreislaufsystems**
(z.B. Druckgefühle, Stiche, Herzstolpern)
- **Im Magen-Darm-Trakt**
(z.B. Übelkeit, Völlegefühl, Bauchschmerzen)
- **In der Gynäkologie**
(z.B. Schmerzen im Unterbauch)
- **In der Urologie**
(z.B. Reizblase, Schmerzen im Unterbauch)
- **Als somatoforme Schmerzstörung**
(anhaltende Schmerzen ohne erklärenden körperlichen Befund)

Behandlung

Wird eine somatoforme Störung festgestellt, sollte so früh wie möglich mit einer Therapie begonnen werden, um zu verhindern, dass die Störung dauerhaft bestehen bleibt.

Menschen, bei denen eine somatoforme Störung vorliegt, können die Diagnose oftmals nicht akzeptieren. Es ist für sie schwer vorstellbar, dass für ihre Beschwerden keine körperlichen Ursachen vorliegen. Aus diesem Grund ist dabei wichtig, dass die Betroffenen den Zusammenhang zwischen körperlichen Empfindungen und psychischen Vorgängen erkennen lernen.

Das Ziel der Behandlung liegt im psychodynamischen Sinne in der Aufdeckung und Bearbeitung des zu Grunde liegenden Konflikts. Die Grundlage bildet dabei die Schaffung eines tragfähigen Vertrauensverhältnisses, in dem das Wechselspiel zwischen körperlichen und seelischen Prozessen beleuchtet werden kann. Die psychodynamische Behandlung ist eine aufdeckende Therapie, mit dem Fokus, dem Patienten ein vertieftes Verständnis über die ursächlichen Zusammenhänge seines Leidens zu vermitteln.