

Apropos



Psychosomatik

Medizinisch-somatische Kompetenz

Fachveranstaltung 18.9.2014

State of the art Altersmedizin

DIE ANGST NACH DEM HERZINFARKT

Ein Myokardinfarkt, besser bekannt als Herzinfarkt, muss nicht tödlich enden. Doch auch wenn das Ereignis erfolgreich überstanden wird, bleiben Folgen nicht aus. Dabei handelt es sich nicht nur um körperliche Einschränkungen oder Beschwerden – häufig ist auch die Psyche betroffen. Heute geht man davon aus, dass etwa jeder zweite Herzinfarktpatient nach überstandem Infarkt an depressiven Symptomen oder starken und quälenden Ängsten leidet.

Wie auch bei anderen schweren und lebensbedrohlichen körperlichen Erkrankungen ist der betroffene Mensch im besonderen Masse mit seiner körperlichen Begrenztheit, Verletzlichkeit und nicht zuletzt mit seiner Endlichkeit konfrontiert. Das von einem auf den anderen

Tag veränderte Selbsterleben und die erkennbare Verwundbarkeit bringen bei vielen Betroffenen das psychische Gleichgewicht ins Wanken und erfordern eine Auseinandersetzung mit grundsätzlichen Fragen des eigenen Lebens und der Neuorientierung.

Konfrontation mit der Verletzlichkeit

In der Leistungsgesellschaft der Gegenwart stellt die plötzliche Konfrontation mit der eigenen Verletzlichkeit eine besondere und oft schwierig zu bewältigende Herausforderung dar. Dies gilt in besonderem Masse für Menschen, die es gewohnt sind, aktiv und erfolgreich im Berufs- und Privatleben zu stehen. In der Folge kann es nicht zuletzt auch zum Auftreten von Ängsten kommen, wobei sich diese in sehr unterschiedlicher Weise äussern können.

Neben Ängsten vor einem erneuten Infarkt oder auch vor anderen körperlichen Erkrankungen treten häufig Ängste vor der Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit auf, aber auch Zukunftsängste, finanzielle Ängste, Angst vor Verlust der Beziehungen. Zudem fühlen sich viele Patienten in Bezug auf ihre Erkrankung schuldig oder mitverantwortlich.

Die erwähnten Ängste werden in der Wahrnehmung oftmals mit typischen körperlichen Symptomen assoziiert, die durch eine Aktivierung des vegetativen Nervensystems (Sympatikus/Parasympatikus) als scheinbar normale Reaktion des Körpers ausgelöst werden. Stress, innere Anspannung und unbewältigte innere Auseinandersetzungen spielen hierbei ebenfalls eine Rolle.

Symptome wie beim Infarkt

Zu den häufig auftretenden Symptomen zählen Palpitationen (das Gefühl, sein Herz zu fühlen), Kurzatmigkeit oder Druckgefühl auf der Brust, Schwindelgefühle, starkes Schwitzen, Schlafstörungen, subjektive Anspannung. Diese Symptome sind jenen eines erneuten Herzinfarktes ähnlich und führen dadurch oft zu noch stärkerer Verunsicherung und Ängsten. Gerade die selektive und unangemessen eingengte Wahrnehmung und Konzentration auf die herzbezogenen Körpersymptome sind in dieser Situation typisch. Häufige Arztkonsultationen und Abklärungen, selbst auferlegte Schonhaltung, aber auch sozialer Rückzug, verstärkte Passivität und ein Ausweiten der Angst können die Folge sein.

Bleiben die Ängste über eine längere Zeit bestehen und findet der Betroffene keine für ihn ausreichenden Antworten auf die grundsätzlichen Fragen und Neuorientierung im Leben, so entwickeln sich häufig depressive Symptome bis hin zu einer manifesten depressiven Episode. Man weiss, dass Herzinfarktpatienten im ersten halben Jahr nach dem Infarkt etwa dreimal häufiger als die Restbevölkerung an Depressionen erkranken.

Wiedergewinnen von Sicherheit und Stärke

In der Auseinandersetzung mit derartigen Ängsten ist ein möglichst frühes Reagieren wichtig. Eine professionelle Behandlung kann nicht nur eine aufkeimende Depression eindämmen, sondern auch das Angstempfinden erfolgreich mindern. Therapeutische Ansätze in der Psychosomatik fokussieren dabei vor allem auf das Wiedergewinnen der körperlichen und geistigen Sicherheit, das Stärken des Selbstvertrauens und die Auseinandersetzung mit bisherigen Wertvorstellungen. Da für die Betroffenen nicht selten auch wichtige konkrete Entscheidungen im beruflichen und privaten Kontext anstehen, ist der Einbezug des persönlichen Umfeldes zentral.

Wichtig ist in jedem Fall die konsequente fachliche Behandlung. Das psychosomatische Therapiekonzept muss individuell erarbeitet und auf die Bedürfnisse des Betroffenen abgestimmt werden. Der unterschiedliche Umgang mit dem Erlebten und mit den sich aufdrängenden grundsätzlichen Fragen erfordert ein methodenübergreifendes und multimodales Handeln. In der Privatklinik Aadorf wird dieser Ansatz gepflegt.

KURZ BEFRAGT



med. pract. Ralf Pelkowski
Leitender Arzt
an der Privatklinik Aadorf

Herr Pelkowski, wie würden Sie Ihr Angebot für die Behandlung von Ängsten und Depressionen nach einem Herzinfarkt in aller Kürze beschreiben?

Die Privatklinik Aadorf bietet ein spezifisches Angebot nach multimodalem Ansatz. Ein interdisziplinäres Team geht dabei individuell auf die persönliche Situation und Problemstellung des Einzelnen ein. Im Fokus der Behandlung steht die Einzel- und Gruppenpsychotherapie. Dabei kann die Privatklinik Aadorf auf ihre langjährige breite Erfahrung in der erfolgreichen Behandlung von Depressionen und Angststörungen zurückgreifen.

Mit welchen speziellen Herausforderungen sind dabei die behandelnden Therapeuten konfrontiert?

Die besondere therapeutische Haltung mit einem Anerkennen der real durchlebten Todesbedrohung erfordert auch beim Therapeuten in besonderem Masse eine Auseinandersetzung mit der eigenen Begrenztheit und Endlichkeit.

Warum schicken Sie betroffene Personen im Rahmen der Behandlung zum Nordic Walking in den Wald?

Die Bewegung in der Natur und das körperliche Training sind wichtige Elemente der Therapie. Nicht zuletzt wird auf diese Weise das Wiedergewinnen der Sicherheit in die eigene Leistungsfähigkeit effektiv gefördert.



Dr. med. Urs Arni
 Facharzt FMH für Allgemeine Innere Medizin
 Konsiliararzt der Privatklinik Aadorf

DR. MED. URS ARNI, KONSILIARARZT

Zum weiteren Ausbau der medizinisch-somatischen Kompetenz kann die Privatklinik Aadorf auf die Dienste eines erfahrenen Internisten zurückgreifen. Die enge Zusammenarbeit mit Dr. med. Urs Arni hat mehrere Vorteile – von umfassender Fachleistung bis zur geografischen Nähe.

Nur 200 Meter entfernt von der Privatklinik Aadorf befindet sich das Ärztezentrum Untermoos von Dr. med. Urs Arni. So kann der Facharzt FMH für Allgemeine Innere Medizin bei somatischen Notfällen in kürzester Zeit in der Privatklinik Aadorf sein.

Bei somatisch komplexen Fragestellungen führt Dr. Arni vor Ort die Eintrittsuntersuchungen durch. Für somatische Konsilien können die Patienten der Privatklinik Aadorf unkompliziert in die nahegelegene Arztpraxis überwiesen werden.

SIE SIND EINGELADEN

Nicht selten liegt in der von Leistungsdruck und Hektik geprägten Arbeitswelt zumindest ein Teil der Ursachen für eine psychische Erkrankung wie Depression oder Burnout. Drohender oder vollzogener Machtverlust, Umstrukturierungen oder andere negativ empfundene Veränderungen der Rahmenbedingungen können sowohl bei Führungskräften als auch bei Angestellten tiefe Spuren hinterlassen. Entsprechend wichtig ist es, wie Arbeitgeber, Arbeitnehmer, das nähere Umfeld und letztendlich medizinische Fachleute mit diesem Thema umgehen. Diesem Aspekt widmen wir uns im Rahmen der nächsten Veranstaltung des Aadorfer Fachforum Psychotherapie.

Dr. med. Ursula Schütze-Kreilkamp befasst sich in ihrem Vortrag mit den Auswirkungen von Macht auf die Psyche. Dr. med. Dieter Kissling nähert sich derweil aus der Sicht der Arbeitsmedizin der Frage, ob Führung ausbrennt. Und Prof. Dr. phil. Dieter Frey referiert über die Potenziale und Gefahren von Führung und Macht.

Wir freuen uns, Sie am 18. September 2014 im Zürcher Lake Side begrüßen zu dürfen, und sind überzeugt, dass Sie einen Einblick in die Materie und praxisrelevante Erkenntnisse für die tägliche Praxis gewinnen werden. Anmelden können Sie sich noch bis am 1. September auf www.klinik-aadorf.ch oder www.fachforum.org.

AADORFER FACHFORUM
PSYCHOTHERAPIE

MACHT MACHT KRANK?

**Druck am Arbeitsplatz –
psychische Folgen
für Führungskräfte
und Mitarbeiter**

Donnerstag
18. September 2014
14.15 Uhr

Lake Side Zürich
Bellerivestrasse 170
8008 Zürich

Die Veranstaltung ist kostenlos und wird nicht durch Pharmaunternehmen gesponsert.

STATE OF THE ART ALTERSMEDIZIN MIT BEITRAG UNSERES CHEF- ARZTES DR. MED. PETER BÄURLE

Privat
Klinik
Aadorf

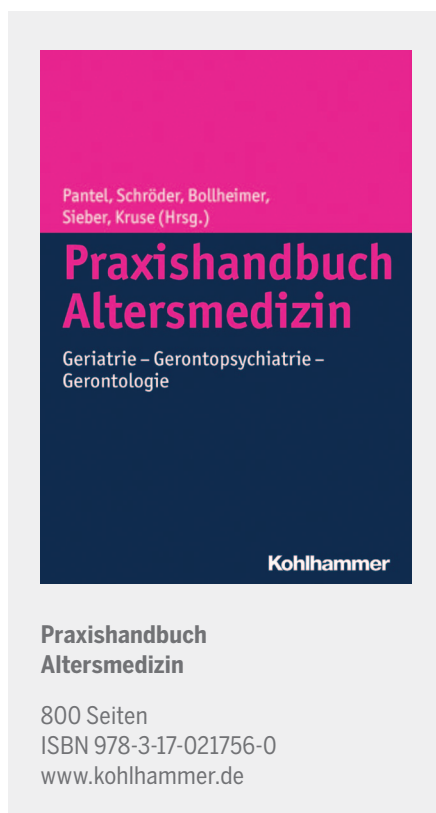
Publikation mit Aadorfer Kompetenz

Im Herbst 2014 erscheint das
«Praxishandbuch Altersmedizin».
Dr. med. Peter Bäurle verstärkte
das Autorenteam des umfassenden
Lehrbuchs und trug ein Kapitel
zum Thema Angst bei.

In der Behandlung und Versorgung
älterer Menschen stellen sich kom-
plexe Herausforderungen an der
Schnittstelle von Geriatrie, Geronto-
psychiatrie und Gerontologie. Mit dem
interdisziplinären «Praxishandbuch
Altersmedizin» wurde ein umfangrei-
ches Nachschlagewerk für Fachkräfte
geschaffen. Das Lehrbuch bietet den
Leserinnen und Lesern eine syste-
matische und praxisnahe Zusam-
menfassung des für die Diagnostik,
Differenzialdiagnostik, Therapie und
Versorgungsplanung relevanten Wis-
sens aus allen drei Disziplinen.

Mit einem Beitrag im Buch vertreten ist auch Dr. med. Peter Bäurle. Der
Chefarzt der Privatstation ViaNova und stellvertretende Ärztliche Direktor
der Privatklinik Aadorf setzt sich in einem umfangreichen Kapitel mit dem
Thema Angst im Kontext des Alters auseinander. Dass Dr. med. Peter Bäurle
das renommierte Autorenteam des 800 Seiten starken Werks unterstützen
durfte, ist zugleich eine grosse Ehre und ein Beleg für seine fundierte Kompe-
tenz in der Psychotherapie für Menschen der Generation 50+.

Das «Praxishandbuch Altersmedizin» erscheint im dritten Quartal 2014 im
Verlag W. Kohlhammer und kann über www.kohlhammer.de oder im Fach-
buchhandel erworben werden.



Psychotherapie
persönlich



Dr. med. Peter Bäurle
Chefarzt Privatstation ViaNova
Stv. Ärztlicher Direktor

Klinik Aadorf AG
Föhrenbergstrasse 23
CH-8355 Aadorf
Tel. +41 (0)52 368 88 88
Fax +41 (0)52 368 88 99
info@klinik-aadorf.ch
www.klinik-aadorf.ch

ISO 9001–2008 zertifiziert

Die Privatklinik Aadorf ist ein
Unternehmen der di Gallo Gruppe.