

Wenn Geist, Seele und Körper leiden

2. Symposium für Psychosomatische Medizin in der Klinik Kloster Dießen
thematisiert Diagnostik und Therapie von Psychotraumen

DIEßEN am Ammersee, 04.07.2019

Wenn Menschen in der Kindheit, im Krieg, bei Flucht und Vertreibung oder Unfällen und Katastrophen schlimme Erfahrungen machen, und diese im schlimmsten Fall auch noch mit Schmerzen einhergehen, dann kommt es vor, dass Traumafolgestörungen, beispielsweise das Posttraumatische Belastungssyndrom entstehen. Aber auch alltägliche emotionale Gewalt, die in zwischenmenschlichen Beziehungen ausgeübt wird, wie Demütigung, Kränkung, Mobbing oder Vernachlässigung, kann stark genug sein, um psychische Verletzungen und psychosomatische Störungen auszulösen. Am vergangenen Samstag kamen rund 130 Psychologen, Psychotherapeuten und Ärzte in der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen zusammen, um sich im Rahmen wissenschaftlicher und praxisorientierter Fachvorträge sowie einer Podiumsdiskussion über den Traumabegriff und die Traumatherapie auszutauschen.

Prof. Dr. Martin Sack von der Technischen Universität München berichtete über den aktuellen Sach- und Diskussionsstand in der Wissenschaft und bei der Weltgesundheitsorganisation bezüglich Diagnostik und Therapie von Traumafolgestörungen. Er warb dafür, Therapieschulen und -verfahren nicht gegeneinander auszuspielen, besonders wenn man Patienten mit komplexen Traumafolgestörungen behandelt. Er plädierte dafür, den Patienten mit verhaltenstherapeutischen Ansätzen dabei zu helfen, konkrete Symptome zu bewältigen, aber gleichzeitig auch die brachliegenden Entwicklungsbedürfnisse der Patienten aus tiefenpsychologischer Perspektive zu fördern, denn nicht zuletzt gehe es darum, den Patienten zu helfen, zu sich zu finden.

Der Körper vergisst nie

Celia Pirker, stellvertretende leitende Psychologin der Psychosomatischen Klinik, erläuterte anhand von praktischen Beispielen anschaulich, dass sich eine Traumafolgestörung nicht darauf beschränkt, eine psychische Erkrankung zu sein, sondern dass es eine Stresstörung ist, die immer auch den Körper betrifft. Patienten gehen oft wegen der körperlichen Beschwerden zum Arzt. Um die richtige Diagnose zu stellen und zu erkennen, dass das körperliche Symptom aufgrund von traumatischen Erfahrungen, Depressionen oder anderer psychischer Störungen entstanden ist, brauche es eine Sensibilisierung der Mediziner. Als Behandlung von Traumafolgestörungen, insbesondere beim komplexen Posttraumatischen Belastungssyndrom, sei daher immer eine multimodale psychosomatische Therapie vonnöten, die nicht nur psychologische und psychotherapeutische Elemente enthält, sondern die auch das Körpererleben einbezieht. „Patienten erleben ihre

Beschwerden in enger leib-seelischer Verbindung. Mit Körperpsychotherapie als wichtigem Element arbeiten wir immer auch unmittelbar an zentralen Aspekten der Identität wie Sicherheitserleben und Beziehungsfähigkeit“, erläutert Pirker.

Digital gestützte Behandlungsansätze

Onlinetherapieangebote haben gegenüber klassischer Psychotherapie Vor- und Nachteile, Unterschiede in der Wirksamkeit gibt es aber laut Studien keine. Auch wenn sich Patient und Therapeut nicht sehen, können sie eine vertrauensvolle therapeutische Beziehung aufbauen. Die visuelle Anonymität erleichtert es den Patienten aber, sich zu öffnen. Was kommen werde, sei die ‚blended therapy‘: eine Verzahnung von Internetbasierten und konventionellen Therapieansätzen, so Prof. Dr. Christine Knaevelsrud von der Freien Universität Berlin.

Auch der Einsatz von Virtual Reality, wie er in der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen beispielsweise mit Virtual Reality Exposition stattfindet, ist eine gute Möglichkeit, Patienten mit dem Stressor zu konfrontieren und zwar in einem geschützten Raum, in dem die physiologischen Reaktionen überwacht werden können.

Emotionale Gewalt und Stressresilienz

Dr. Werner Bartens, Arzt und Bestsellerautor, präsentierte Beispiele für emotionale Gewalt und machte deutlich, dass auch diese alltäglichen, seelischen Verletzungen nicht spurlos an jedem vorbeigehen. Sofern man die alltäglichen Verletzungen durch emotionale Gewalt dazu zähle, seien alle Persönlichkeitsstörungen mit traumatischen Erfahrungen in der Kindheit assoziiert, weiß auch Prof. Sack. Ein wichtiger Schutz davor, dass emotionale Gewalt psychische beziehungsweise psychosomatische Störungen hervorruft, ist die Stressresilienz einer Person. Eine gute Eltern-Kind-Beziehung schütze vor Stress. Wenig Nähe, wenig Geborgenheit und wenig Aufmerksamkeit führen aber zu Entwicklungsrückständen bei Kindern und zu psychischer wie physischer Anfälligkeit, machte Bartens deutlich.

Über die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen

Die Psychosomatische Klinik Kloster Dießen ist eine Akutklinik am Ammersee, in der ein erfahrenes Team aus Ärzten und Therapeuten erwachsene Patienten aus dem gesamten Fachgebiet der Psychosomatik behandelt. Im Vordergrund stehen vor allem Störungen wie Depression und Burnout, Verhaltenssüchte wie Internetabhängigkeit und Binge-Eating, Posttraumatische Belastungsstörungen sowie somatoforme und Persönlichkeitsstörungen. In den modern und hochwertig umgebauten Räumen des ehemaligen St. Vinzenz-Klosters gibt es insgesamt 98 Betten in Einzelzimmern. Im Rahmen des therapeutischen Konzeptes trägt auch der besondere Ort mit seiner Ruhe, Kultur und Natur zur Gesundung der Patienten bei, es kommen aber auch digitale Technologien zum Einsatz, zum Beispiel VR-Konfrontation bei Angst- und Traumafolgestörungen.



v.l. n.r.: Prof. Dr. Martin Sack, Prof. Dr. Christine Knaevelsrud, Dr. Werner Bartens, Celia Pirker, Dr. Bert te Wildt (Chefarzt Psychosomatische Klinik Kloster Dießen)



Dr. Bert te Wildt, Chefarzt der Psychosomatischen Klinik Kloster Dießen, (r.) moderierte die Podiumsdiskussion mit (v.l.n.r.) Prof. Dr. Martin Sack, Prof. Dr. Christine Knaevelsrud, Celia Pirker und Dr. Werner Bartens.



Rund 130 Teilnehmer hörten die Fachvorträge, hier von Dr. Werner Bartens.

Pressekontakt

Melanie Egermann

Psychosomatische Klinik Kloster Dießen – Unternehmenskommunikation

Klosterhof 20

D-86911 Dießen

m.egermann@klinik-vincentinum.de

T 0049-821/3167-119