



Was ist "Psychosomatisch" und Psychosomatische Medizin?

Schwerpunkt Psychosomatik

Inhalt:

1. Man kann nicht nicht psychosomatisch reagieren - psychosomatische Reaktionen sind	1
natürliche Reaktionen des menschlichen Organismus	1
2. Was sind psychosomatische Erkrankungen?	2
3. Wie häufig sind psychosomatische Erkrankungen?	2
4. Psychosomatische Medizin und Psychotherapeutische Medizin	2
5. Psychosomatische Medizin und Psychotherapeutische Medizin	3
6. Die Geschichte der Psychosomatischen Medizin - die Vernachlässigung psychosozialer	3
Faktoren durch die „Hig-tech“-Medizin	3

1. Man kann nicht nicht psychosomatisch reagieren - psychosomatische Reaktionen sind natürliche Reaktionen des menschlichen Organismus

Manche Menschen fühlen sich unverstanden oder gekränkt, wenn ihnen der Arzt sagt, ihre Beschwerden seien psychosomatischer Natur. „Herr Doktor, ich hab's im Bauch und nicht im Kopf“, ist eine häufige Antwort. Die Angst, als verrückt oder labil abgestempelt zu werden, schwingt in dieser Antwort oft mit. Zu Unrecht! Mit dem Begriff „psychosomatisch“; (griechisch Psyche= Seele, Soma= Körper) wird der enge Zusammenhang zwischen körperlichem und seelischem Erleben beschrieben. Das intuitive Wissen um die Wechselwirkungen zwischen körperlichen und seelischen Prozessen drückt sich in vielen Redewendungen aus: sich den Kopf zerbrechen, zu Herzen gehen, unter die Haut gehen usw. Aufgrund der Verbindungen zwischen dem zentralen Nervensystem (Gehirn) und den einzelnen Organen über Nervenbahnen und Signalstoffe (Neurotransmitter) ist es also „normal“, dass unsere Gefühle und Gedanken (angenehme wie unangenehme) einen Einfluss auf die Organe haben und umgekehrt. Auf der Ebene der Biochemie gibt es

Erstellung: Prof. Dr. Winfried Häuser, Innere Medizin I	Dateipfad: H:\Internet\AG Internet-Intranet\Psychosomatik	
Freigabe: Häuser/ 13.12.2011		
Version: 01	© Klinikum Saarbrücken	Seite: 1 von 4

keinen Unterschied zwischen körperlichen und seelischen Prozessen! So wird z. B. die Produktion von Magensäure und das Zusammenziehen der Darmmuskulatur durch Stress gesteigert und die Stimmungslage durch den Genuss verschiedener Nahrungsmittel beeinflusst.

„Mein Magen tut weh, die Leber ist geschwollen, das Kopfweh hört nicht mehr auf, und wenn ich von mir selbst reden darf: ich fühle mich auch nicht wohl.“ (Karl Valentin)

2. Was sind psychosomatische Erkrankungen?

Aufgrund der Wechselwirkungen zwischen körperlichen und seelischen Prozessen ist es problematisch, körperliche (somatische) Erkrankungen von psychosomatischen Erkrankungen zu trennen. Bei jeder Erkrankung sind in Entstehung und Verlauf seelische und soziale Faktoren in unterschiedlichem Ausmaß von Bedeutung. Akuter Stress (z. B. Prüfungen) erhöht die Wahrscheinlichkeit eines Schnupfens. Die Wundheilung nach einer Operation ist bei Menschen mit vermehrter Ängstlichkeit/Depressivität verlängert. Die Lebensqualität bei Krebserkrankungen wird auch dadurch beeinflusst, wie der Betroffene und seine Angehörigen sich gedanklich und gefühlsmäßig mit der Erkrankung auseinandersetzen (Krankheitsbewältigung). Umgekehrt wird das Risiko, eine psychosomatische Erkrankung zu entwickeln, auch durch genetische Faktoren und vorausgehende körperliche Erkrankungen mitbestimmt. Aus Gründen der Zuständigkeit einzelner medizinischer Fächer werden solche Erkrankungen als psychosomatische Erkrankungen bezeichnet, bei denen seelische und soziale Faktoren in Entstehung und Verlauf eine bedeutsame Rolle spielen:

- Somatoforme (Funktionelle) Störungen: Körperliche Beschwerden ohne zugrundeliegende krankhafte Organveränderungen
- Essstörungen: Magersucht (Anorexia nervosa), Fress-/Brechsucht (Bulimia nervosa) und Übergewicht bei Fressanfällen (Binge eating)
- Körperliche Erkrankungen mit seelischen Folge- bzw. Begleiterkrankungen, welche eine negative Auswirkung auf die körperliche Erkrankung haben (sog. somatopsychosomatische Erkrankungen): 20-30% der Patienten nach einem Herzinfarkt oder einer Herzoperation entwickeln eine Depression. Die Depression erhöht das Risiko (wie fortgesetztes Rauchen), an der Herzerkrankung zu sterben (im Vergleich zu nichtdepressiven herzkranken Patienten). Ein weiteres Beispiel für somatopsychosomatische Erkrankungen sind chronisch entzündliche Darmerkrankungen.

3. Wie häufig sind psychosomatische Erkrankungen?

20-30% der Patienten einer hausärztlichen Praxis leiden unter einer somatoformen Störung. Bei stationären Patienten in Akutkrankenhäusern weisen 1% eine somatoforme Störung und 20-30% seelische Folge- bzw. Begleiterkrankungen bei körperlichen Erkrankungen auf. Psychosomatische Erkrankungen gehören damit zu den häufigsten Erkrankungen!

4. Psychosomatische Medizin und Psychotherapeutische Medizin

Erstellung: Prof. Dr. Winfried Häuser, Innere Medizin I	Dateipfad: H:\Internet\AG Internet-Intranet\Psychosomatik	
Freigabe: Häuser/ 13.12.2011		
Version: 01	© Klinikum Saarbrücken	Seite: 2 von 4

Das erste Lehrbuch der Psychosomatischen Medizin wurde von den amerikanischen Internisten Weiss und English 1931 verfasst. Sie schrieben in ihrem Vorwort: „Psychosomatische Medizin bedeutet nicht, den körperlichen Faktoren weniger, sondern den seelischen Faktoren mehr Bedeutung zu geben“. Psychosomatische Medizin bedeutet daher medizinisch (technische) und psychotherapeutische Diagnostik und Therapie bei psychosomatischen Erkrankungen (ganzheitliche Behandlung). Psychosomatiker sind daher sowohl Fachärzte in einer „somatischen“ medizinischen Disziplin (z. B. Innere Medizin oder Gynäkologie) als auch Psychotherapeuten (Fachärzte für Psychotherapeutische Medizin oder mit der Zusatzbezeichnung „Psychotherapie“). Die Befähigung zur medizinischen Diagnostik und Therapie unterscheidet den Psychosomatiker daher von dem ärztlichen und psychologischen Psychotherapeuten und von dem Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. In Deutschland gibt es sowohl im niedergelassenen Bereich als auch in Krankenhäusern eine zunehmende Zahl von ÄrztInnen, die diese Doppelqualifikation aufweisen. Einen Facharzt für Psychosomatische Medizin gibt es in der ärztlichen Weiterbildungsordnung jedoch nicht, sondern einen Facharzt für Psychotherapeutische Medizin. „Die Psychotherapeutische Medizin umfasst die Erkennung, psychotherapeutische Behandlung, die Prävention und Rehabilitation von Krankheiten und Leidenszuständen, an deren Verursachung psychosoziale Faktoren, deren subjektive Verarbeitung und/oder körperlich-seelische Wechselwirkungen maßgeblich beteiligt sind“ (Ärztliche Musterweiterbildungsordnung). Fachärzte für Psychotherapeutische Medizin sind also psychotherapeutisch bei psychosomatischen Erkrankungen tätig.

5. Psychosomatische Medizin und Psychotherapeutische Medizin

Aufgrund der Häufigkeit psychosomatischer Erkrankungen bei stationären Patienten im Akutkrankenhaus besteht seit dem 01.01.1998 innerhalb der Medizinischen Klinik I ein Funktionsbereich Psychosomatik. Neben der stationären medizinischen und psychotherapeutischen Behandlung von akutstationär behandlungsbedürftigen psychosomatischen Erkrankungen werden PatientInnen aller Kliniken der Saarbrücker Winterbergkliniken im Bedarfsfalle psychotherapeutisch mitbehandelt.

6. Die Geschichte der Psychosomatischen Medizin - die Vernachlässigung psychosozialer Faktoren durch die „Hig-tech“-Medizin

„Unsere westliche Medizin definiert den Körper als Maschine und versteht ihre Aufgabe als Reparaturbetrieb. Ihr Gesundheitsbegriff lässt es nicht zu, dass psychosoziale Faktoren für die Gesundheit und Krankheit eines Menschen gleiches Gewicht haben können wie physikalische, chemische oder mikrobiologische Faktoren“. (Thure von Uexküll, Psychosomatiker)

Die indischen und griechischen Ärzte haben bereits vor über 2000 Jahren die Bedeutung seelischer Faktoren in der Diagnostik und Behandlung körperlicher Erkrankungen erkannt. So sagt der griechische Philosoph Platon (427-347 vor Christus), dass, wenn der Leib leide, nicht nur er, sondern auch die Seele durch „gute Rede“ mitbehandelt werden müsse. Der Begriff „Psychosomatische Medizin“ wurde 1818 von dem deutschen Psychiater Heinroth geprägt. Mit dem Siegeszug der naturwissenschaftlich orientierten Medizin trat die Beachtung psychischer Aspekte von Krankheiten in den Hintergrund. So sagte der berühmte deutsche Arzt Virchow gegen Ende des 19. Jahrhunderts, dass er schon viele Leichen geöffnet habe, ohne je eine Seele zu sehen. In der Tat hat die viel geschmähte „Apparatemedizin“ die Heilung von Erkrankungen (z. B. Behandlung bakterieller Infektionen durch Antibiotika) oder die Lebensverlängerung bei

Erstellung: Prof. Dr. Winfried Häuser, Innere Medizin I	Dateipfad: H:\Internet\AG Internet-Intranet\Psychosomatik	
Freigabe: Häuser/ 13.12.2011		
Version: 01	© Klinikum Saarbrücken	Seite: 3 von 4

chronischen Erkrankungen (z. B. Insulintherapie bei Diabetes, Organtransplantation bei Nierenversagen) ermöglicht. Die „High-tech“- Medizin versagt jedoch bei der Diagnose und Therapie von somatoformen Störungen. Und oft wünschen sich Patienten, die aufgrund der Erfolge der „High-tech“-Medizin am Leben sind (z. B. Krebskranke, Transplantierte) neben der medizinischen Behandlung eine partnerschaftlicherepartnerschaftlichen Arzt-Patienten-Beziehung und eine größere Berücksichtigung ihrer seelischen und sozialen Probleme.

Zusammengestellt von PD Dr. med. Winfried Häuser, Facharzt für Innere Medizin, Facharzt für Psychotherapeutische Medizin - Sportmedizin- Ärztlicher Leiter des Schwerpunkts Psychosomatik der Klinik Innere Medizin I des Klinikums Saarbrücken

Letzte Überarbeitung: 07.07.2016

Erstellung: Prof. Dr. Winfried Häuser, Innere Medizin I	Dateipfad: H:\Internet\AG Internet-Intranet\Psychosomatik	
Freigabe: Häuser/ 13.12.2011		
Version: 01	© Klinikum Saarbrücken	Seite: 4 von 4