

1

Augenärztliche Akademie Deutschland

Ophthalmologische Nachrichten



10. – 14. März 2009, CCD Düsseldorf

www.oal.de

Lebenssituation statt Krankengeschichte

Management von Augenerkrankungen mittels Salutogenese und Positiver Psychotherapie

DARMSTADT - Welchen Beitrag kann das Individuum - der kranke Mensch - aufgrund seiner Lebenserfahrung und seiner Widerstandsressourcen zur Bewältigung von Krankheit ebenso wie von Stressoren und Konfliktsituationen leisten, um die Balance im Gesundheits-Krankheits-Kontinuum aufrecht zu erhalten?

Gesundheitsförderung in einem sozial-ökologischen Gesundheits- und Präventionsmodell betrachtet Gesundheit nicht als Ziel, sondern als Mittel, um Individuen zu befähigen, individuelles und positives Leben positiv zu gestalten. Präventive Maßnahmen werden somit nicht durch das professionelle medizinische System verordnet. Sie zielen ab auf die aktive und selbstverantwortliche Beteiligung von Menschen an der Herstellung gesundheitsfördernder Bedingungen und auf den Dialog und die Interaktion zwischen Laien und Professionellen. Unsere Model-

le innerhalb der Medizin orientieren sich häufig an dem Defizitmodell: Es wird nicht berücksichtigt, was dem einzelnen Menschen in einem ganzheitlichen Verständnis entspricht, sondern es wird vorgegeben, was er meiden sollte, nicht darf oder zu verändern hat. Beim Perspektivenwechsel zur Gesundheitsförderung beachtet man pathogenetische Faktoren des Krankseins ebenso wie saluto-

gene Ressourcen der Gesundheit eines Menschen. Im Vordergrund stehen dann die einem Patienten mit chronischer Augenerkrankung gegebenen Fähigkeiten und Möglichkeiten zur Bewältigung seines Leidens. Dieses wird im Kurs erlebbar gemacht und theoretisch geübt.

Die jahrelang praktizierte Anamnese-Erhebung aus pathogenetischer Sicht erschwert das Erkennen salutogener Ressourcen. Mögliche erweiternde Fragen könnten zum Beispiel sein:

➤ Welche Bedeutung sehen Sie in Ihrer gegenwärtigen Situation?

➤ Wie glauben Sie, mit der momentanen Situation umgehen zu können?

➤ Welche Hilfen glauben Sie zu benötigen?

➤ Welche Erfahrung der Problemlösung haben Sie in früheren ähnlichen Situationen gesammelt?

Als Fragen zur Anamnese-Erhebung zur Sinnhaftigkeit des Lebens bietet sich an:

➤ Haben Sie eine Lebensphilosophie?

➤ Was ist für Sie der Sinn des Lebens (Antrieb, Ziele, Motivation, Lebensplan, Sinn von Krankheit und Gesundheit, Leben nach dem Tod)?

➤ Akzeptieren Sie Ihre Beschwerden auch als Chance, bisher nicht erlebte Bereiche (Körper/Sinne, Beruf/Leistung, Kontakt/Partnerschaft, Phantasie/Zukunft) zu entwickeln?

In der Pathogenese gehen wir von den folgenden Begriffen aus: Krankengeschichte, Risikofaktoren, aktuelle Beschwerden, Krankheitsverlauf, pathologische Befunde und medizinische Therapie.

In der Salutogenese hingegen sind uns wichtig: die Biographie, das

Verhaltensmuster, die Lebenssituation, die bisherige Selbsthilfe sowie gesundheitserhaltende Ressourcen ebenso wie die Widerstandsressourcen. Somit kann gerade bei langwierig chronischen Erkrankungen ein Perspektivenwechsel für den Patienten entstehen. Dies verändert die Handlungsansätze und gibt weitere therapeutische Möglichkeiten in der Zusammenarbeit mit dem Kranken. Während pathogenetisch der Krankheitsverlauf dokumentiert wird, interessiert salutogenetisch die Erfahrung mit bisheriger Selbsthilfe.

Die rein medizinische Therapie in der konventionellen Augenheilkunde wird bei salutogenetischer Betrachtung durch das Einbeziehen salutogener Ressourcen erweitert. Der zeitliche Aufwand salutogenetischer

Modelle muss bei einer großen Zahl zum Beispiel chronisch Kranker (Glaukomerkrankungen, Makuladegenerationen, Diabetische Retinopathie) in einer angemessenen Relation zum erwarteten Nutzen stehen. Die angewandte Methodik in diesem Kurs wird leicht erlernbar und für den Patienten verständlich und nachvollziehbar sein, um so Anlass für eine angemessene Motivation zu selbstbestimmtem Handeln zu bieten. Durch die Positive Psychotherapie von Nossrat Peseschkian ist dieses möglich. In einem transkulturell vergleichenden Arbeitsansatz wird auf empirischer Grundlage schrittweise ein Balance- und Konfliktmodell erarbeitet, das salutogenetische ebenso wie pathogenetische Aspekte des Lebens integriert. Nicht Gleich-



Dr. Emmerich

gewichte, sondern Ausgeglichenheit, Balance ist das Ziel der alltagsorientierten diagnostischen und therapeutischen Schritte. In interdisziplinärer Diskussion, Anwendung und Evaluation entstanden daraus Interventionskonzepte einer Psychosomatischen Arbeitsweise (Peseschkian, Nossrat [2001]: *Psychosomatik und Positive Psychotherapie*. Fischer Taschenbuch, Frankfurt a. M.).

Eine praxisbezogene Ergänzung erfährt die Positive Psychotherapie durch eine differenzierte, standardisierte Dokumentation, so dass für Therapeut und Arzt ein differenziertes Instrumentarium zur Verfügung steht. Dieses wird im Kurs pragmatisch für die Augenheilkunde geübt, so dass auch der Augenarzt in seiner Sprechstunde mit den salutogenetischen Ansätzen und der Frage zur

Selbsthilfe arbeiten kann. Es werden psychische und physische Gegebenheiten des kranken Menschen berücksichtigt und geübt.

Das Balance- und Konfliktmodell von Peseschkian weist Entsprechungen auf, die auch in der Salutogenese von Aaron Antonovsky erarbeitet worden sind. Dies waren: Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit.

In dem an drei Nachmittagen stattfindenden Kurs wird ein logisch strukturiertes, empirisches und transkulturelles Therapiekonzept für chronische Erkrankungen in der Augenheilkunde entwickelt, das den Patienten mit Denken, Verständnis, Erleben und Handeln einbezieht. Der Kranke begegnet dem Augenarzt als Partner. Die begleitende Dokumen-

tation alltagsbezogener Arbeits- und Interventionsschritte hat sich in vielen Jahren bewährt und wird geübt. Entsprechend dem oben erklärten Konzept der Positiven Psychotherapie sind nicht nur Störungen und Konflikte, die eine Person mit sich herumträgt, vorgegeben, sondern auch die Fähigkeiten und Selbsthilfeanteile, mit diesen Konflikten umzugehen. Sind diese Fähigkeiten einseitig ausgeprägt oder gänzlich unterdrückt worden, so stellen sie eine Quelle für Störungen im innerseelischen und zwischenmenschlichen Bereich dar. Sie können sich in Stress, Depression, Ängste, Aggression sowie psychosomatische Störungen verändern. Dieses ist unter anderem häufig die Ursache für eine Verlängerung der Krankheitsdauer, eine Verstärkung der Krankheit oder

aber eine Nichtbehandelbarkeit von chronischen Erkrankungen. Sobald durch die oben erwähnten Selbsthilfeanteile und das Balance-Modell wieder ein besseres Gleichgewicht in den Lebensbereichen Körper/Sinne, Leistung/Beruf, Kontakte/Partnerschaft und Sinn/Zukunft zu erreichen ist, ist auch die psychosomatische Ursache der Störung besser behandelbar und die chronische Erkrankung besser zu managen. ■

Mi. - Fr., 11. - 13.03. 16.30 - 18.00 Uhr
Ku 131 Raum 10

i Autorin: Dr. Gabriele Emmerich
Praxis an der Lichtwiese
Ohlystr. 52, D-64285 Darmstadt
e-mail: post@lichtwiese.de
web: www.lichtwiese.de

