

► Fortsetzung von Seite 9

Psychosomatik im augenärztlichen Alltag umsetzen

Chronisch rezidivierende Augenleiden und psychische Folgen – Sicca-Syndrom klassische psychosomatische Erkrankung

DARMSTADT Die Psychosomatische Medizin ist ein Querschnittsfach mit einem extrem großen, kaum zu überschauenden Wissen. Deswegen ist es sinnvoll, die grundlegenden Denk- und Vorgehensweisen an exemplarischen Krankheitsbildern zu erläutern und aufzugliedern.

Aus der ersten Begegnung zwischen dem Arzt und dem Patienten können schon die Ebenen dieser Beziehung, die Fähigkeiten des Patienten zum Verständnis seiner Krankheit und die späteren Kommunikationsmöglichkeiten erkannt werden. Diese Erkenntnis ist wichtig für das spätere Umsetzen der psychosomatischen Medizin. Wichtig ist das Erlernen und Erfahren dieser drei Qualitäten:

1. Erkennen psychischer und psychosomatischer Probleme und Störungen
2. begrenzte eigene Beratungs- und Behandlungsangebote
3. rechtzeitige und gezielte Weitervermittlung in Fachpsychotherapie, sofern erforderlich.

Im Wesentlichen geht die psychosomatische Medizin von Behandlungsansätzen und ihrer Anwendung so vor, dass sie die Behandlungsansätze an den häufigsten Krankheitsbildern, Störungen und Problemen darstellt. Es ist für den Arzt sinnvoll, nach einem 80-stündigen Kurs in psychosomatischer Grundversorgung zunächst mit wenigen Patienten pro Woche dieses Wissen auszuüben. Am Anfang bleibt die Ausübung vielleicht erst einmal bei einem Patienten pro Woche, bei welchem der Arzt spürt, dass er ihn umfassender versteht und die ausführliche psychosoziale Anamnese erheben kann. Ebenso ist das Erlernen der ersten Intervention zur Reduktion von Angst und Depressivität, zur Schmerzverarbeitung und zur Motivation für eine Fachpsychotherapie anzuwenden. Dies kann an den häufigsten Krankheitsbildern geübt werden. Dazu gibt es über das Ressort der Psychosomatik in der Augenheilkunde verschiedene Möglichkeiten des Einübens (Kurse

Gabriele Emmerich



AAD/DOG). Ebenso wichtig ist die Psychohygiene für den Helfer im Sinne einer Burnout-Prophylaxe, zum Beispiel durch eine Balintgruppe. Das wichtigste Anliegen der Umsetzung der Psychosomatik im Fachbereich der Augenheilkunde ist die Vermittlung einer ärztlichen Haltung gegenüber dem Patienten: Ein positives Menschenbild und eine hoffnungsgebende Beratungssituation und besonders dies in Augenhöhe mit dem Patienten, sodass der Patient den Arzt nicht nur als Arzt, sondern auch als Menschen erleben kann.

„Die Erfahrung ist ein Lehrer, der sich seine Lektionen sehr teuer bezahlen lässt, aber dafür lehrt niemand besser als sie.“
(Thomas Carlyle)

Innerhalb der Beratungssituation nutzen wir die Erkenntnis über die bestimmten Bedürfnisse und Erwartungen des Patienten, die er gegenüber dem Arzt und seiner Krankheitssituation aufweist. Diese Fähigkeiten des Patienten zum Umgang mit seiner Erkrankung hat jeder Mensch – der Patient wie auch der Arzt und die Kollegen – im Laufe seines individuellen Lebens durch Vorbilder und durch Erfahrungen erlernt. Wir sollten die psychosozialen Normen des Patienten kennenlernen und dessen private Einstellungsmuster zum Gesundwerden und zum Krankwerden. Wir können die Psychosomatik unterteilen, zum einen in eine Psychosomatik im weiteren Sinne:

- Wie wirkt sich die körperlich-seelische Erkrankung auf den betroffenen Patienten und dessen aktuelles Leben aus?
- Welche Reaktionen der Umwelt provoziert die Erkrankung?

Dazu gehört auch, die Erlebnis- und Konfliktverarbeitung dieses Patienten kennenzulernen, die gewissermaßen als Mediatoren im psychosomatischen Bedingungsgefüge arbeiten.

Die Psychosomatik im engeren Sinne behandelt die Auswirkungen der Augenerkrankung (z. B. ein Sicca-Syndrom) auf die Psyche des Patienten.

- Wie wirken sich Wut, Angst und Depression des Patienten auf die Erkrankung (z. B. rezidivierende Sicca-Symptomatik bei Stoffwechselproblematiken) aus?

Die Psychosomatik im engeren Sinne ist eine spezifische Forschungs- und Behandlungsrichtung, die versucht, die Zusammenhänge zwischen seelischen Ereignissen und körperlichen Reaktionen zu erhellen.

Definition Psychosomatische Erkrankungen: Unter psychosomatischen Krankheiten werden heute alle körperlichen Beschwerden mit oder ohne derzeit fassbare organische Befunde verstanden, bei denen ein auslösender psychischer oder sozialer Konflikthintergrund eine wesentliche Rolle bei der Verursachung und Aufrechterhaltung spielt (Keck 2012).

Hervorzuheben sind Symptome psychogener Erkrankungen – in der Augenheilkunde sind dies zum Beispiel unklare Sehverschlechterung, Schmerzen, Reiben, Brennen, Dunkelsehen, Flecken sehen, Gesichtsfeldausfälle et cetera. Alle diese Symptome können sich unter Angst verstärken, verschlechtern und damit die Diagnostik erschweren.

Klassische psychosomatische Erkrankungen – wie zum Beispiel die funktionelle Hypertonie, Neurodermitis oder Asthma bronchiale – gibt es auch in der Augenheilkunde. Das Sicca-Syndrom kann sich durch Angst,

Depression und psychische Komponenten im Schmerzerleben verändern und damit können sich dann die Therapierbarkeit und der Wille des Patienten zur Therapie verändern. Psychosomatische Symptome sind häufig Ausdruck eines konflikthaften Erlebens. Sie sind Indikatoren eines Konflikt- und/oder Mangelerslebens aus der Kindheit und Jugend. Sie können ebenso als Begleiterscheinungen von psychotischen Erkrankungen auftreten. Ebenso finden wir psychosomatische Symptome bei rein körperlichen Erkrankungen. Deswegen gibt es die reaktiven Störungen – die psychischen Folgen bei chronisch



Eine psychosomatische Erkrankung stellt ein „Eisbergphänomen“ dar, bei dem die tiefer liegenden auslösenden psychischen oder sozialen Konflikthintergründe aufzuklären sind. Ein Algorithmus auslösender und aufrechterhaltender Faktoren wird im Symposium vorgestellt.

rezidivierenden Augenerkrankungen (Glaukom, Uveitiden, Makulopathien und Stoffwechselerkrankungen).

Der somatische Anteil der Psychosomatik (somatopsychische Störungen) nimmt einen immer größeren Raum in der Diagnostik und in der Indikation für Heilverfahren ein. Die große Anzahl chronisch verlaufender Erkrankungen, aber auch die größere Sensibilität gegenüber den Folgen von chronischen Erkrankungen und medi-

zischen Eingriffen auf das Erleben eines Menschen, eröffnen ein weites Anwendungsgebiet für die Psychosomatik. Von einer somatopsychischen Störung wird gesprochen, wenn das seelische Befinden – Denken, Fühlen Handeln – einer Person infolge einer körperlichen Erkrankung gestört ist.

Als letzte Einteilung erkennen wir die Psychosomatik im umfassenden Sinne: Diese ist eingebettet in das soziokulturelle Umfeld, das in mancher Hinsicht die Verarbeitungsmöglichkeiten von Konflikten widerspiegelt.

„Drei Dinge machen die Medizin: Die Krankheit, der Kranke und der Arzt. Alle Heilkunst aber ist vergebens, wenn der Kranke nicht mitwirkt mit seinem Arzt.“
(Paracelsus)

Letztendlich geht es darum, einen Behandlungsansatz zu erlernen, mit dem Ziel, durch eine begrenzte Intervention beim Patienten ein psychosomatisches Krankheitsverständnis zu entwickeln. Dies ist Grundlage für die weitere Beratung und weitere augenärztliche Behandlung in einem klar abgestuften Versorgungskonzept. Die Bedeutung der psychosomatischen Therapie in den somatischen Fachbereichen kann gefördert werden durch ärztliche Psychotherapeuten, die beraten, supervidieren oder in Form einer Mitbehandlung in die Arzt-Patienten-Beziehung einbezogen werden. ■

So., 28.09. 12.00–13.30 h
Mehrzweckfläche 3/4 Symposium
Psychosomatik in der Augenheilkunde

► **Autorin:**

Dr. med. Gabriele Emmerich
Ressortleitung des BVA: Psychosomatik in der Augenheilkunde
Praxis an der Lichtwiese
Ohlystr. 52, 64285 Darmstadt
E-Mail: post@lichtwiese.de
www.lichtwiese.de