

INHALTSVERZEICHNIS

1. Psycho Logo I	1
1.1. ICD	1
1.2. Somatoforme Störung	1
1.3. Pharm	1
1.4. Behandlung	1
1.5. Panikstörung	1
1.6. Behandlung	2

1. PSYCHO LOGO I

Forkmann

1.1. ICD.

- Kapitel F des ICD

1.2. Somatoforme Störung.

- = Somatisierung mit Syptomen an vegetativen Systemen
- einmal objektive Komponente wie Errötung und Puls↑
- andere Komponente: Angst vor eben genau den körperlichen Symptomen
- 15% der Herzbeschwerden sind ein F45.3
- 16-31% der Konsultationen beim Allgemeinarzt
- 40% beim Neurologen
- Symptome sind nicht eingebildet, nur der Grund ist aus der Psyche
- Patienten wehren sich mit Händen und Füßen gegen Behandlung in Richtung Psyche
- Risikofaktoren: reduzierte externe Stimulation, Ängste, Empfindlichkeit, Genetik
- besonders: ..Schlimmes.. bzw. bedrohliches Ereignis als Trigger
- Sympathikusaktivierung durch entstehende Angst
- Mechanismus: Patienten vermeiden durch Schonung → das alles macht es einfach schlimmer

- ein Grund: geringere Belastbarkeit führt zur entwöhnung von Körpersignalen wie beim Sport so gut ist → Körpersignale verstören
- gute Übersichtsfolie mit sehr Beispielhaften Aussagen von Patienten
- Ärzteshopping: der Arzt hat nicht recht - nächster Arzt
- nach entwarnenden Untersuchungen: kurzfristige Beruhigung
- Patienten müssen verstehen, daß es wichtig ist auf sich achten → Sport usw...
- eigentlich ist ja aber das Problem, daß sie zu sehr auf sich schauen
- kein Ansatz zu Trickreicher Intervention

1.3. Pharm.

- Dauermedikation ist leider keine Lösung wegen dem Abhängigkeitspotential
- Bedarfsmedikation führt in den Abusus da Benutzung sehr bequem

1.4. Behandlung.

- Psychoeduktion
- Aufmerksamkeitsfokussierung & Aufmerksamkeitslenkung
- Stressumgang
- Entspannungsverfahren wie progressive Muskelentspannung
- Folie vollständig vorhanden

1.5. Panikstörung. F41.0

- 3% der Bevölkerung
- Attakkenartigkeit
- ab gewisser Strenge des Reizes kommt es zu körperlichen Symptomen
- Schwelle individuell
- bei Überschreitung: Doof
- Halbwertszeit der Belastung entscheidend da Summation
- Problem auch: Patient kann keinen direkten Zusammenhang zu aktuellem Stressor herstellen, wegen dieser Zufälligkeit → noch mehr Panik über komische Körperreaktion → Angst davor → muss Tumor sein → ich werde verrückt
- negative Rückkopplung ist zu langsam

- Folge: Vermeidungsverhalten (mit geringer Zielsicherheit) → dennoch kurzfristiger Benefit durch die Vermeidung → Abspeicherung als geeignete Strategie

1.6. **Behandlung.**

- Vermittlung des Pathomechanismus
- Verhaltensexperimente → Gezielt Schwindel auszulösen, Atmen durch Strohhalm, Treppensteigen
- falsche Strategie: Sicherheitsstrategien, immer Handy dabei, immer Beruhigungspillen dabei