



Psychosomatische Medizin

Experteninterview: Was ist Psychosomatik?

Dr. Bales-Mann, leitender Oberarzt für Psychosomatische Medizin im Cusanus Krankenhaus, Bernkastel-Kues im Interview



Dr. Joachim Faude, Chefarzt für Psychosomatische Medizin, beleuchtet im Gespräch auch die individuelle Lebenssituation und mögliche psychische Belastung, die sich z.B. durch Ängste, depressive Verstimmungen oder Schlafstörungen zeigen können.

Worum geht es in der psychosomatischen Medizin?

Dr. Bales-Mann: Psychosomatik beschäftigt sich mit Erkrankungen, bei denen sowohl eine psychische als auch eine körperliche (sog. „somatische“) Komponente eine Rolle spielen. Beispiele sind Somatisierungsstörungen, bei denen etwa Beschwerden in der Brust oder im Bauchraum auftreten, die mit einer körperlichen Erkrankung allein unzureichend erklärt werden können und bei denen psychische Belastungsfaktoren wie z.B. chronischer Stress mitverantwortlich sind.

Das heißt, es gibt gar keine echte Erkrankung, die hinter diesen Beschwerden steht?

Nein, gerade das ist ein häufiges Missverständnis oder Vorurteil. Wenn man für ihre körperlich empfundenen Beschwerden psychische Faktoren mitbetrachten möchte, fühlen sich Patienten manchmal zunächst nicht ernst genommen – als würden sie simulieren. Unser psychosomatisches Krankheitsverständnis bedeutet aber, dass wir grundsätzlich die vom Patienten empfundenen Beschwerden ernst nehmen und die körperlichen Faktoren bei

der Entstehung der Beschwerden einbeziehen. Aber zudem wollen wir die mitbeteiligten psychischen Faktoren verstehen.

Wie kann man sich das vorstellen?

Im Bereich der chronischen Schmerzen kann beispielsweise ein Mensch mit einer Erkrankung der Wirbelsäule umso mehr Schmerzen erleiden, wenn zusätzlich eine chronische psychische Überforderung die Verspannung seiner Muskulatur noch verstärkt.

Muss man die psychischen Hintergründe behandeln, damit es besser wird?

In der Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie arbeiten wir mit kombinierten verschiedenen Therapieansätzen (multimodales Setting). Selbstverständlich werden körperliche Anteile eines Krankheitsbildes, z.B. ein Bandscheibenleiden oder Magengeschwür, entsprechend diagnostisch abgeklärt und fachgerecht behandelt. Ohne das würde man der notwendigen Behandlung der Patienten nicht gerecht. Genauso unvollständig wäre sie aber auch ohne die entsprechende Berücksichtigung der psy-

chischen Einflussfaktoren – vor allem für eine langfristige Genesung.

Und da kommt dann eine Psychotherapie in Betracht?

Genau! In der psychotherapeutischen Behandlung wollen wir verstehen, welche psychischen Einfluss- oder Belastungsfaktoren zur Erkrankung beigetragen haben. Dabei ist es i.d.R. nicht mit einfachen Entspannungsübungen zur Stressreduktion getan. Jeder Mensch hat eine individuelle Persönlichkeit und Lebenserfahrungen. So kann ein Mensch auf eine mehr oder minder schwere berufliche oder private Belastung mit Erfolgserlebnissen und ein anderer mit Depressionen oder verstärkten körperlichen Missempfindungen reagieren. Nur vor dem Verständnis des individuellen Hintergrundes ist es möglich, gute und hilfreiche Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Vielen Dank für diesen Einblick in den Bereich der Psychosomatik.



**Dr. med.
Uwe Bales-Mann**

Leitender Oberarzt
der Psychosomatik

Facharzt für Psychiatrie
und Psychotherapie,
Facharzt für Anästhesiologie,
Spezielle Schmerztherapie

**Verbundkrankenhaus
Bernkastel / Wittlich**

Abt. für Psychosomatische Medizin
Chefarzt Dr. Joachim Faude
Tel.: 06531 / 58-13306

Cusanus Krankenhaus
Karl-Binz-Weg 12
54470 Bernkastel-Kues