

Rheinfelder Tage Klinik Schützen/SAPPM  
Workshop 27.3.2009

# Keine Angst vor Angstkrankheiten!

Dr. med. Hanspeter Flury  
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH  
Chefarzt Klinik Schützen Rheinfelden

Inhalt.

## **Keine Angst vor Angstkrankheiten.**

- **Fallbeispiele.**
- **Zum Hintergrund: Klinik Schützen.**
- **Das Phänomen Angst.**
- **Fallbezogenes Einmaleins der Angstkrankheiten.**
  - Diagnostik. Comorbidität und Differentialdiagnostik.
  - Psychodynamik.
  - Behandlung und Outcome.
  - Therapeutische Beziehung bei Angstpatienten.
- **Ihre Fallbeispiele und Diskussion.**

**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**



**Klinik für Psychosomatik und Medizinische Psychotherapie**

**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**



**Der Blick für's Ganze, die Liebe zum Detail**

**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Klinik Schützen - Psychosomatik und Psychotherapie.  
**Eckdaten.**

- Trägerschaft: Schützen Rheinfelden AG
- Spitalliste; kein Leistungsauftrag/keine Subventionierung
- 88 Betten auf 5 offenen Abteilungen  
    > 600 Eintritte/Jahr, zusatzversicherte + allg. (aus Kt. AG)  
    25835 Pflage tage (2007)
- 2 Ambulatorien
- 1 tagesstationäres psychotherapeutisches Programm
- Weiterbildungsstätte:  
    FMH Psychiatrie/Psychotherapie II a (3 Jahre)  
    SAPPM (Psychosomatik) 2 Jahre  
    Psychotherapeuten  
    Pflage, Physiotherapie

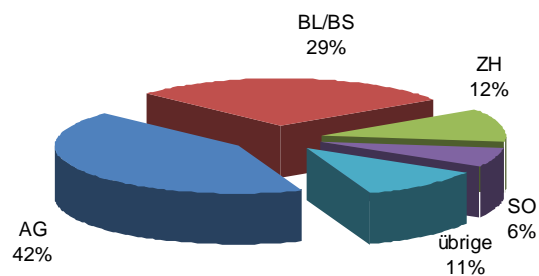
**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Unsere Patienten.  
**Diagnosen.**

- Depressionen
- Angstkrankheiten
- Essstörungen (Magersucht, Bulimie)
- körpernahe Syndrome psychischen Ursprungs
- psychosomatische Krankheiten
- Psychoonkologie
- Persönlichkeitsstörungen
- posttraumatische Belastungsstörungen

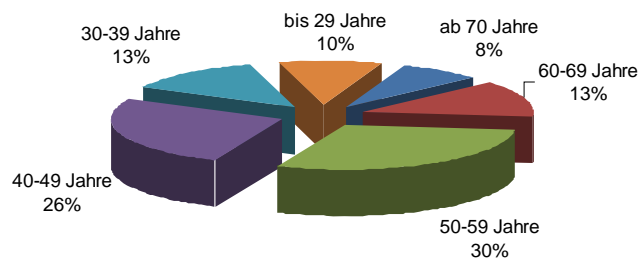
Unsere Patienten.  
**Kantonszugehörigkeit.**

**Kantonszugehörigkeit  
stationäre Patienten**



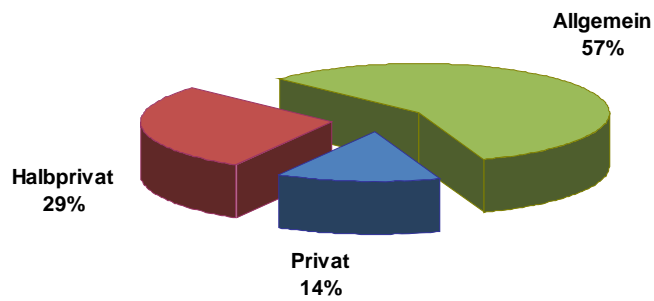
Unsere Patienten.  
**Altersverteilung.**

**Altersverteilung**



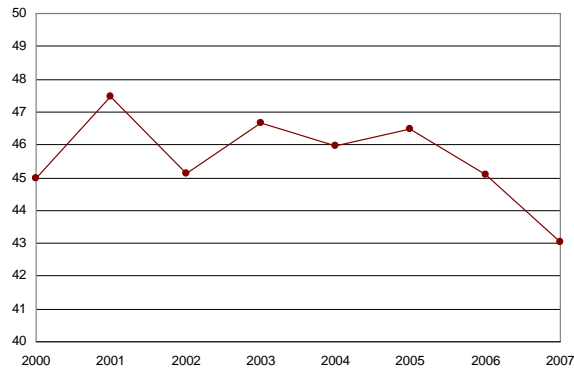
Unsere Patienten.  
**Versicherungsstatus.**

**Versicherungsstatus  
stationäre Patienten**



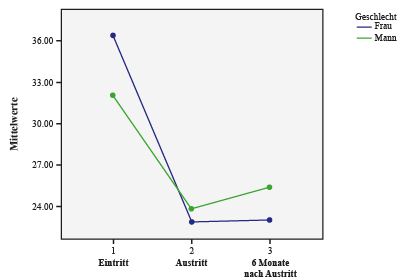
Behandlungsergebnisse.  
**Aufenthaltsdauer.**

**Durchschnittliche Aufenthaltsdauer**

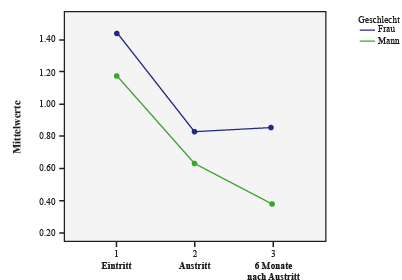


Behandlungsergebnisse.  
**Stabil gebesserte Symptomatik.**

Verlauf Gesamtschweredruck körperliche Beschwerden (GBB-24)



Verlauf psychische Belastung (SCL-90-R)



Klinik Schützen - Psychosomatik und Psychotherapie.

### **Das Konzept.**

- **Intensive stationäre Psychosomatik und Psychotherapie**

Beziehungsorientiertes Therapiekonzept

mit ärztlich-somatischer Behandlung

psychiatrisch-psychotherapeutischer Behandlung

psychosozialen Interventionen

Therapieplanung auf individuelle Ziele und Ressourcen

- **multidisziplinäre Behandlung durch Spezialisten**

- **Wohltuende Umgebung in 2 Hotel-Liegenschaften**

Schützen\*\*\*, Eden \*\*\*\*

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Klinik Schützen - Psychosomatik und Psychotherapie.

### **Unsere Abteilungen.**

- Abteilung für körperzentrierte Psychosomatik

- Abteilung für psychosomatische Onkologie

- Abteilung für intensive stationäre Psychotherapie

- Abteilung 44 plus (Psychotherapie in der zweiten Lebenshälfte)

- Abteilung für individuelle Psychotherapie

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Indikationsprozess.

### **Indikationskriterien.**

- Diagnose
- Alter, Wohnort, Versicherungssituation/Kostengutsprache
- Krankheit mittelschwer; keine ambulante Behandlung (mehr) möglich, meist reduzierte Arbeitsfähigkeit
- Im offenen Behandlungsrahmen tragbar, auch bezüglich Suchtmitteln, Suizidalität, Selbstverletzungen
- gewisse Gruppen-, Introspektionsfähigkeit, Empathie
- Leidensdruck, Motivierbarkeit, „Zusammenpassen“
- Milieuwechsel indiziert, auch aus Sicht der Bezugsperson
- Ambulante/teilstationäre Möglichkeiten ausgeschöpft, auch aus Sicht der ambulanten Behandler/Zuweiser; ungenügende Tagesstruktur

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Stationäre Psychosomatik und Psychotherapie.

### **Zieldimensionen: Unsere Behandlungen sollen.**

ambulante Therapiefähigkeit erzielen, indem sie:

- Symptome und Leidensdruck reduzieren
- Optimale medikamentöse Einstellung erreichen
- das psychosoziale Funktionsniveau verbessern, inkl. Tagesstruktur / Arbeitsfähigkeit, Selbständigkeit
- psychische und psychosoziale Konflikte, Blockaden, Defizite abbauen
- Krankheitsverständnis fördern, die Möglichkeit von psychiatrisch-psychotherapeutischer Behandlung zu profitieren verbessern, sekundärpräventiv wirken

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26



## Stationäre Psychosomatik und Psychotherapie. Die einzelnen Pfeiler der Behandlung.



Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

## Behandlungselemente. Einzels psychotherapie



Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Behandlungselemente.  
**Gruppenpsychotherapie**



**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Behandlungselemente.  
**Physiotherapie.**



**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Behandlungselemente.  
**Entspannungs- und Körpertherapie.**



**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Behandlungselemente.  
**Mal- und Kunsttherapie.**



**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Behandlungselemente.  
**Musiktherapie.**



Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Stationäre Psychosomatik und Psychotherapie.  
**Integrative Behandlung (konzeptuell+fallbezogen)**

- psychiatrische-psychosomatische-somatische Diagnostik
- multimodales Psychotherapie-Konzept
  - Psychoanalyse; Tiefenpsychologie
  - Systemische Therapie
  - Verhaltenstherapie, DBT
  - Nonverbal-expressive und körper-orientierte Methoden
  - Trauma-spezifische Ansätze
  - Fokalthherapie
- Gruppenpsychotherapie, Milieuthherapie, Soziales Lernen
- Psychosomatische Konzepte, somatische
- Biologische Behandlungsansätze
- Sozialpsychiatrie

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Stationäre Psychosomatik und Psychotherapie.  
**Charakteristika unserer Behandlungen**

- Integriertes Fallverständnis
- Der individuelle Behandlungsplan, mit Patient festgelegt
- Verbindlichkeit und Verlässlichkeit
- Handlungsorientierung
- Begegnung: Beziehungsreflexion und -gestaltung

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Stationäre Psychosomatik und Psychotherapie.  
**Wichtige Konzepte.**

- Die Nähe von „Lebensraum“ und „Therapieraum“ als Chance.
- „Probe-Bühne“, „Experimentierraum“
- Die Station als „Container“
- Trainingslager
- Agieren als Handlungssprache; Kommunizieren statt agieren oder somatisieren
- Handlungs-Dialog

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Stationäre Psychotherapie für Angst-Patientinnen  
**Störungsspezifische Ansätze.**

- Bearbeitung der spezifischen Aspekte und Dynamiken in Einzelpsychotherapie, Gruppenpsychotherapie, körperzentrierten und nonverbal-expressiven Therapien
- Angst-Gruppe mit psychoedukativen, verhaltensorientierten und körperorientierten Methoden
- Angst-Expositionstraining
- Entspannungsmethoden
- Bewegungs- und körperpsychotherapeutische Methoden; Sport/Fitnesstraining
- systemische Ansätze
- Ev. Skills-Gruppe
- Medikamentöse Ansätze

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Stationäre Psychotherapie für Angst-PatientInnen.  
**Zentral: Koordination der Team-/Gruppendynamik**

- Beziehungsdimension generell zentral
- Vermeidungsverhalten – gerade im „sicheren“ stationären Raum - nicht verpassen!
- „Laute“ Ängste erhalten zu viel, „leise“ (Vermeidungsverhalten) zu wenig Aufmerksamkeit.
- Angstexposition auch durch Konfrontation mit Schwierigem, Unangenehem, individuell Schambesetztem – erfordert eine aktiv ansprechende, fördernd-fordernde Haltung der Therapeuten auf der Basis einer wohlwollend-guten Grundbeziehung.

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26



Stationäre Psychotherapie für Angst-PatientInnen  
**Fazit.**

- Intensive, multimethodische Behandlung
- Kombination symptomzentrierter, erlebnisorientierter/psychodynamischer, körperorientierter und systemischer Elemente zwingend, gemischt je nach Fall und individueller Zielsetzung
- Muss immer auf ambulante Weiterbehandlung zielen

Inhalt.  
**Keine Angst vor Angstkrankheiten.**

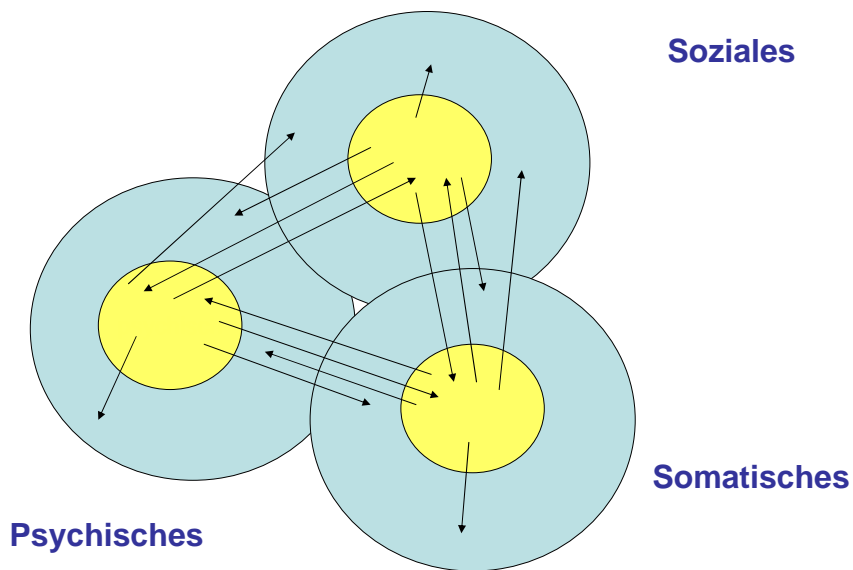
- **Fallbeispiele.**
- **Zum Hintergrund: Klinik Schützen.**
- **Das Phänomen Angst.**
- **Fallbezogenes Einmaleins der Angstkrankheiten.**
  - Diagnostik. Comorbidität und Differentialdiagnostik.
  - Psychodynamik.
  - Behandlung und Outcome.
  - Therapeutische Beziehung bei Angstpatienten.
- **Ihre Fallbeispiele und Diskussion.**

## Das Phänomen Angst. Unsere Gesellschaft und die Angst.

- Risiko-Verleugnung
- Risiko-Vermeidung
- Risiko-Lust
- Verkehrung ins Gegenteil
- Dämonisierungen, Projektionen nach aussen

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

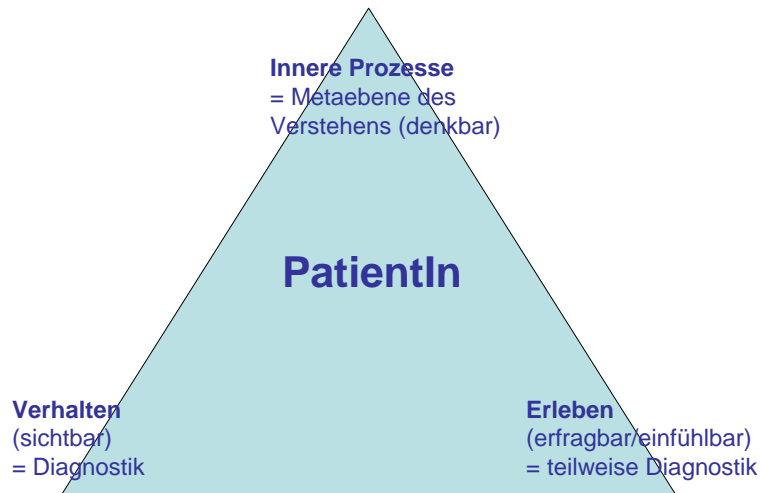
## Biopsychosoziales Modell.



Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26



Zum Verständnis.  
**Das Phänomen Angst und seine Bedeutung**



Das Phänomen Angst.  
**Angst-Orte: Wo wird Angst erlebt?**

- „draussen“:
  - Bei anderen Menschen, nahe oder anonym
  - Psychosoziale Herausforderungen: Arbeitsplatz, Schule, Parties
  - Orte „ohne besondere Bedeutung“
  - das Leben generell
- „drinnen“
  - Im Selbst
  - In bestimmten Eigenschaften: Stärken, Schwächen
  - In bestimmten Tätigkeiten: Sexualität, Denken
- Körper
  - Körpereigenschaften

## Das Phänomen Angst. **Angstquellen.**

- Realangst: bei physischer oder sozialer Bedrohung
- Ängste wegen Konflikten mit Bezugspersonen oder psychosozialen Herausforderungen/ Entwicklungsaufgaben
- Neurotische Angst aufgrund von inneren Konflikten und Entwicklungsproblemen
- Ängste bei strukturellen Ich-Schwächen
- Ängste im Rahmen posttraumatischer Belastungsstörungen
- Ängste als Primär- oder Sekundärsymptom einer körperlichen Krankheit
- Ängste bei Substanzenabusus

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

## Das Phänomen Angst. **Angst-Schicksale.**

- Dramatisierung
- Verleugnung
- Projektion nach aussen
- Verkehrung ins Gegenteil, Euphorisierung, kontraphobisches Verhalten
- Verschiebung in den Körper, Somatisierung
- Kontrolle, Dämpfung, Vermeidung

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Inhalt.

## Keine Angst vor Angstkrankheiten.

- Fallbeispiele.
- Zum Hintergrund: Klinik Schützen.
- Das Phänomen Angst.
- **Fallbezogenes Einmaleins der Angstkrankheiten.**
  - Diagnostik. Comorbidität und Differentialdiagnostik.
  - Psychodynamik.
  - Behandlung und Outcome.
  - Therapeutische Beziehung bei Angstpatienten.
- **Ihre Fallbeispiele und Diskussion.**

Das Phänomen Angst.

## Die Bedeutung von Angst.

- **Angst ist...**
  - Ein normales Gefühl
  - Hat viele Gesichter
  - Hat viele Gründe
- **ist sinnvoll und notwendig als...**
  - Alarmreaktion (aktuelle reale Gefahr)
  - Vorbereitung des Körpers auf schnelles Handeln (kommende Gefahr)
  - Alarmsignal (mögliche Gefahr)

Das Phänomen Angst.  
**Akute Angst- und Stressreaktion.**

- **Inhalt**
- **Dimensionen:**
  - Körper
  - Psyche
  - Verhalten
- **Zeitverlauf**
- **Erregungsniveau**

Angststörungen.  
**Formen.**

- **Panikattacken** **F 41.0**
- **Generalisierte Angststörung** **F 41.1**
- **Phobien**
  - Agoraphobie **F 40.0**
  - Soziale Phobie **F 40.1**
  - Spezifische (isolierte) Phobien **F 40.2**

Epidemiologie von Angststörungen.

### **Lebensprävalenz.**

- Agoraphobie:  
ca. 5 % der Bevölkerung.
- Ca. 5-10% der Kosten im Gesundheitswesen sind auf Angststörungen zurückzuführen.

Angststörungen.

### **Panikstörung.**

- Panikattacken, mit oder ohne Vermeidung, an auslösende Situationen gekoppelt
- Dramatik:
  - Todesangst, körperlich oder körpernahe erlebt
  - Oft primär somatisch identifiziert; „Körperliche Ursache“
- mobilisiert in der Umgebung:
  - Bedürfnis zu helfen, zu entlasten
  - Ohnmacht
- Gefahr:
  - somatische Fixierung
  - Vermeidungsverhalten

Angststörungen.

### **Agoraphobie.**

- Platzangst
  - v.a. in engen Räumen, in Menschenmengen
  - Va. bei Alleinsein (ohne Vertraute)
- Vermeidungsverhalten
- Subjektiv meist psychisch identifiziert
- mobilisiert in der Umgebung:
  - Stützungsbedürfnis
  - Hilfe, Begleitung
- Gefahr:
  - Ausweitung, Generalisierung
  - Sozialer Rückzug

Angststörungen.

### **Generalisierte Angststörung.**

- Generalisierte diffuse Ängste, frei flottierend; emotionale Instabilität, multiple somatische Beschwerden (Angstäquivalente)
- Subjektiv Angst, körpernahe oder psychisch identifiziert; idR wenig in der eigenen Person
- Häufiger bei Frauen, oft an reale Belastungen geknüpft
- mobilisiert in der Umgebung:
  - Stützungsbedürfnis oder Distanzierung
- Gefahr:
  - Chronifizierung
  - Sucht

Angststörungen.

### **Soziale Phobie.**

- Errötungsangst, Angst vor sozialen Situationen
- In der Regel komb. mit Vermeidungsverhalten
- Subjektiv Versagensangst, mit Scham
- mobilisiert in der Umgebung:
  - Oft übersehen
  - wegschauen
- Gefahr:
  - Ausweitung
  - Soziale Under-Performance

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Angststörungen.

### **Co-Morbidität**

- Depression
- Sucht
  - Benzodiazepine
  - Alkohol
- Körperliche Krankheiten

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Angststörungen.

### **Differentialdiagnose**

- Depression
- Sucht
- Persönlichkeitsstörungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Psychosen

**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Angststörungen.

### **Differentialdiagnose**

- Depression
- Sucht
- Persönlichkeitsstörungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Psychosen

**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**



Angststörungen.  
**Behandlungsmethoden.**

**Selbsthilfe-Manuale und -Gruppen**

**Psychoedukation**

**CBT, IPT**

**Psychodynamisch orientierte Therapie (mit Arbeit am Symptom)**

**Systemische Interventionen**

**Entspannungsmethoden**

**Zwingend: Angstexposition**

**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Behandlung.  
**Behandlungs-Setting.**

Ambulant (eine Therapieform)

Ambulant (kombinierte Therapieformen)

Teilstationär

Stationär

**Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26**

Behandlung.

**Outcome. Empirisch nachgewiesene Fakten.**

Behandelte Angststörungen haben eine klar bessere Prognose.

Spezialisierte symptomzentrierte Ansätze sind ein wichtiges Element der Behandlung.

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Inhalt.

**Keine Angst vor Angstkrankheiten.**

- **Fallbeispiele.**
- **Zum Hintergrund: Klinik Schützen.**
- **Das Phänomen Angst.**
- **Fallbezogenes Einmaleins der Angstkrankheiten.**
  - Diagnostik. Comorbidität und Differentialdiagnostik.
  - Psychodynamik.
  - Behandlung und Outcome.
  - Therapeutische Beziehung bei Angstpatienten.
- **Ihre Fallbeispiele und Diskussion.**

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26

Keine Angst vor Angstkrankheiten.

**Danke für Ihre Aufmerksamkeit!**

Dr. med. Hanspeter Flury  
Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie FMH  
Chefarzt Klinik Schützen Rheinfelden  
[www.klinikschoetzen.ch](http://www.klinikschoetzen.ch)

Klinik Schützen Rheinfelden. 061 836 26 26