

## ***VIII./1.: Symptome und Verhaltensweisen***

Psychische Symptome sind gesetzmäßige Begleitsymptome chronischer Erkrankungen. Aus immer zahlreicheren Studien geht hervor, dass die an sich auch häufige Erkrankung der Depression eine Begleiterkrankung nicht nur anderer psychischer Erkrankungen, sondern auch bestimmter körperlicher Erkrankungen ist. Die Beziehung zwischen der Depression und den körperlichen Erkrankungen ist gegenseitig, das heisst, die eine Erkrankung ist ein hoher Risikofaktor für die andere Erkrankung: die Symptomgruppe der Depression bedeutet einen hohen Risikofaktor für die Entwicklung körperlicher Erkrankungen, übt einen negativen Einfluss auf deren Krankheitsverlauf aus, aber auch umgekehrt erhöhen die körperlichen Erkrankungen die Wahrscheinlichkeit für die Entwicklung einer Depression bedeutsam.

Wichtig

Die psychotherapeutische Unterstützung chronisch Erkrankter kann aus folgenden Gründen wichtig sein:

1. um das am Anfang der Krankheit möglicherweise entstandenes Hilflosigkeitsgefühl des Patienten zu lösen
2. um den Patienten in der Neugestaltung seiner Lebensweise und in der Planung und Ausführung neuer Aktivitäten zu unterstützen
3. um die Kooperation und Therapietreue des Patienten (**Compliance und Adhärenz**) zu maximalisieren. Die Kooperation ist ein Begriff, der die Zusammenarbeit zwischen dem behandelnden Arzt und dem Patienten bezeichnet. Er bezeichnet die Zusammenarbeit im diagnostischen Prozess, die vorschriftsmäßige Einhaltung der Therapierichtlinien, wie etwa die Medikamenteneinnahme oder Verhaltensregeln im Gestalten von einer neuen Lebensweise. Therapietreue bezeichnet die Einhaltung der vorgeschriebenen Medikamenten. Wechselhafte, teils unzureichende Kooperation und Therapietreue sind bei chronischen Erkrankungen gesetzmäßig und ein Alltagsproblem. Daher ist seitens des Versorgungspersonals bei chronisch Erkrankten eine dauerhafte und regelmäßige Aufsicht bezüglich der Therapietreue von grosser Wichtigkeit.
4. um die mit der Erkrankung oft einhergehenden psychologischen Symptome (Depression, Angst) zu behandeln.

Aufgabe:

Zählen Sie vier Verhaltensweisen auf, die chronische Erkrankungen häufig begleiten!

### **VIII./1.1: Die mit chronischen Erkrankungen oft einhergehenden Begleitsymptome und Verhaltensweisen**

- Angstsymptome oder Angststörungen (Panikstörung, Generalisierte Angststörung)
- Depressive Symptome oder eine Major depressive Episode
- Übertriebenes Krankheitsbewusstsein, das Überwiegen der vermeidenden Verhaltensweisen, Einführung von ungerechtfertigt gewichteten Einschränkungen in der Lebensweise
- Die Verleugnung der Krankheit
- Kooperationsprobleme
- Hoher Alltagsstress

## **VIII./1.2.: Symptome, die man bei der psychischen Unterstützung chronisch Erkrankter regelmäßig beachten soll**

- Lebensqualität, körperliche Symptome
- Die Aufdeckung des unterstützenden sozialen Netzwerkes und der Krankheitsbewältigungsstrategien
- Regelmässiges Screening psychischer Symptome wie Depression und Angst

### ***VIII./1.2.1.: Körperliche Symptome und Lebensqualität***

Die Monitorisierung körperlicher Symptome und der Lebensqualität ist aus psychologischer Sicht wichtig: bei symptomfreien Patienten, wie z.B. bei Patienten mit essentieller Hypertonie oder Typ-2 Diabetes, ist die Therapietreue und Kooperationsfertigkeit niedriger, während Erkrankungen, wo die Patienten starke subjektive Symptome und eine wesentliche Beeinträchtigung ihrer Lebensqualität erleben, führen häufig zu starker Angst oder zu einer emotionalen Krise.

### ***VIII./1.2.2.: Soziale Unterstützung und Krankheitsbewältigung***

Die meisten chronischen Krankheiten verlangen nicht nur eine Therapietreue von den Patienten, aber auch eine Veränderung in ihrer bisherigen Lebensweise, was vielen Patienten nicht leicht fällt. Die Unterstützung des Patienten von Seiten seiner Familie und dem weiteren Bekanntschaftskreis ist von grosser Bedeutung und kann eine Schlüsselrolle spielen: wenn die Familienmitglieder den Patienten nicht in der Neugestaltung und Erhaltung seiner neuen Lebensweise unterstützen, kann die Adhärenz wesentlich sinken.

*(Das beigelegte Video zeigt die Aufdeckung der sozialen Unterstützung) (P\_3\_clip\_VIII\_1\_fejezet).*

Es ist von grosser Bedeutung, dass man klar sieht, über welche Aktionspläne der Patient in den verschiedenen Phasen seiner Erkrankung verfügt, um seine Erkrankung zu beherrschen. Grundsätzlich gibt es drei Arten von Haltungen, die Patienten bezüglich ihrer Erkrankung annehmen können, die man am Anfang der therapeutischen Zusammenarbeit mit dem Patienten klären sollte:

**A.) Die Verleugnung der Krankheit** oder der Bedeutung der Krankheit – Der Patient nimmt seine Krankheit nicht an, und ist somit nicht motiviert auf eine Therapie. Das kann in Fällen passieren, wo eine symptomfreie Krankheit durch ein Screening entdeckt wird (z.B. Hypertonie, Typ-2 Diabetes), oder wo die Krankheitseinsicht nur zum Teil gegeben ist (z.B. Alkoholabhängigkeit). In diesen Fällen ist der erste Schritt die Lösung der Verleugnung und des Widerstands, das mittels der Motivierenden Gesprächsführung ermöglicht werden kann (siehe später).

**B.) Eine grundsätzlich **klagsame** Haltung.** Der Patient nimmt die Tatsache seiner Erkrankung an, beansprucht die Behandlung, ist aber nicht motiviert, Veränderungen vorzunehmen und erwartet die Lösung vom Arzt

Wichtig

– er möchte Medikamente nehmen, mithilfe deren er schnell und ohne an seinem bisherigen Lebensstil etwas ändern zu müssen, genesen oder symptomfrei werden kann. In diesem Fall müssen wir den Patienten aktivieren.

C.) Eine grundsätzlich **kooperierende** Haltung. Der Patient nimmt seine Erkrankung an und sieht ein, dass auch er viel zu seiner Genesung beizutragen hat.

Bei der Aufdeckung der Bewältigungsstrategien des Patienten ist es wichtig zu ermitteln, was für Vorstellungen er bezüglich seiner Krankheit hat, welche Hindernisse er vor sich sieht, welche konkrete Schritte er bisher für seine Genesung getan hat, und auf die Hilfe welcher Organisationen oder Institutionen er hoffen kann. In der 1. Tabelle haben wir die wichtigeren Fragen zusammengefasst, mithilfe derer die Krankheitsbewältigung und die Erkundung der unterstützenden Umgebung erfasst werden kann.

P\_1\_tablazat\_VIII\_1\_fejezet.jpg

Aufschrift: *1. táblázat*

Mithilfe der Fragen können wir auch klären, welche Fragen und Themen für den Patienten noch offen geblieben sind, bezüglich welcher wir ihn noch informieren sollen, und welche Irrglauben wir auflösen sollen. Oft ist dies eine wichtigere Aufgabe, weil die Patienten oft vieles über ihre Erkrankung im Internet nachlesen, was oft aber nicht ausreichend oder sogar irrtümlich ist oder auch missveratanden werden kann. Das Auflösen dieser Irrglauben ist daher ein fast wichtigerer Aspekt, als die Informierung des Patienten über die Erkrankung. (**Das beigefügte Video zeigt ein Beispiel für die Aufklärung der Krankheits-relevanten Informationen**) (P\_1\_video\_VIII\_1\_fejezet).

### ***VIII./1.2.3.: Das Screening von Depression und Angst***

Symptome der Angst und Depression können während des Ablaufs einer chronischen Erkrankung jederzeit auftreten und können eine wesentliche Wirkung auf das Verhalten und die Adhärenz des Patienten haben, daher sollte man sich von Zeit zu Zeit mit diesen Symptomen bei chronischen Patienten auseinandersetzen.

Die Gedanken im Hintergrund der Angst können sich oft auf den Verlauf der Behandlung und die Komplikationen bezüglich der Erkrankung beziehen, charakteristisch sind katastrophisierende Gedanken (z.B. ein Herzkranker Patient traut sich nicht, Sport zu machen, weil er einen Anfall befürchtet; ein Diabetes-Patient senkt seinen Blutzuckerspiegel nicht ausreichend genug, weil er einen hypoglykämischen Anfall befürchtet).

Depression ist eine der häufigsten Folgekrankheiten von chronischen Erkrankungen. Depression kann in jeder Phase der Erkrankung auftreten, ohne jegliche augenscheinliche Auslöser, deshalb ist es wichtig, das Screening für Depression immer im Auge zu behalten, z. B. mit regelmässiger Anwendung des Beck Depressions-Inventars. Durch die erfolgreiche Behandlung der Depression können wir nicht nur die Lebensqualität des Patienten verbessern, sondern auch

Wichtig

	die Adhärenz, und somit auch die Prognose der Erkrankung. <i>(Das beigelegte Video zeigt die Erscheinung von depressiven Symptomen in chronischen Erkrankungen, und die Möglichkeiten derer Erfragung)</i> (P_7_video_VIII_1_fejezet).