

Reaktionen auf schwere Belastungen

Stressreaktionen

Schlafstörungen

Prof. László Tringer

Posttraumatische Stress-Störung

- Spätreaktion auf schwere Belastung
 - <6 Monate
 - „Wiederholungszwang“ (Träume, Alpträume)
 - Vermeidungstendenz von dem Trauma ähnlichen Situationen
 - Introversion
 - Emotionelle Verflachung
- Synonym: (Post)traumatische Neurose

Adaptationsstörungen

- Tiefgehende Veränderung
der Lebenssituation (Migration,
Flüchtlingsstatus, Scheidung, Pensionierung)
 - Schwierigkeit der Lebensführung
 - <6 Monate
- Synonyme: Kulturschock,
Trauerreaktion, etc.

Syndromen der Adaptationsstörungen

- Kurze depressive Reaktion <1 Monat
- Chronische depressive Reaktion
- Gemischte Syndrom von Depression und Angst
- Reaktion mit auffallenden emotionellen Störungen
- Reaktion mit auffallender Störung des Verhaltens

Funktionelle (nicht-organische) Schlafstörungen

- Insomnia
- Hypersomnia
- Störung des Wach-Schlafregulierung
- Obstruktive Schlafapnoe
- Parasomnien
 - Somnambulismus (sleepwalking) Somniloquismus
 - Pavor nocturnus
 - (slow-wave sleep)
 - Incubus (Alptraum) (REM-sleep)
- Narkolepsie

Psychoreaktive Krankheitsbilder

- Neurotische, stressbedingte und somatoforme Störungen (ICD 10 F40-48)
- Verhaltensstörungen mit somatischen Symptomen (ICD 10 F50-59)
- Adaptationsstörungen F43.2

Symptome der psychoreaktiven Störungen

- Vegetative Symptome
- Desorganisation des Verhaltens
- Einengung des Denkens

Klinische Bilder der psychoreaktiven Störungen (Bräutigam)

- Einfache Konflikt-reaktion
- Erschöpfungsreaktion
- Trauerreaktion
- „Faktiziöse“ Störung
- Reaktionen auf extreme Umstände, akute Stress-Störung

Stress-Reaktionen (F43.0-43.1)

- Akute Stressreaktion
 - Kausaler und Zeitlicher Zusammenhang mit den Lebensereignissen
 - Gemischtes klinisches Bild
 - Schneller Ablauf (1-3 Tage)
 - Synonyme:
 - Krisenreaktion
 - Psychischer Schock

Brain waves

- Beta

Alert



- Alpha

Relaxed



- Theta

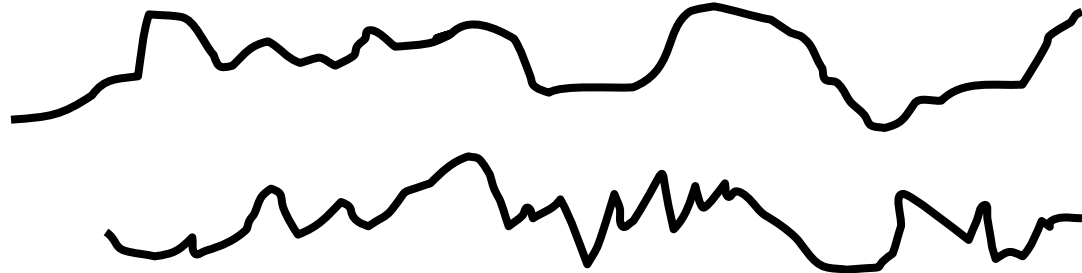
Drowsy



- Delta

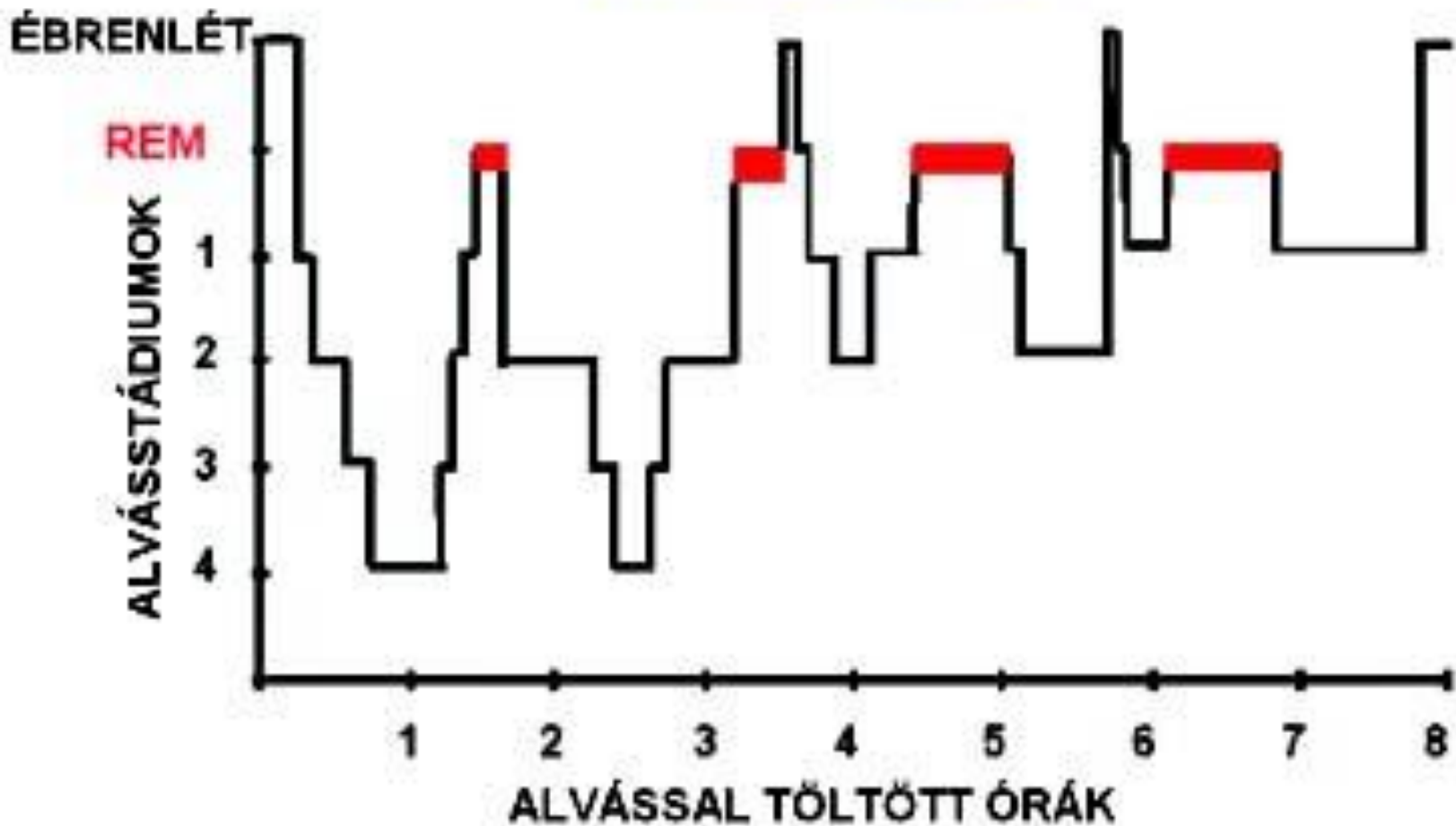
Sleep

Dream



Schlafstadien

HYPNOGRAM



Funktionelle (nicht-organische) Schlafstörungen

- Insomnia
- Hypersomnia
- Störung des Wach-Schlafregulierung
- Obstruktive Schlafapnoe
- Parasomnien
 - Somnambulismus (sleepwalking) Somniloquismus
 - Pavor nocturnus
 - (slow-wave sleep)
 - Incubus (Alptraum) (REM-sleep)
- Narkolepsie

Der REM-Schlaf

- Schnelle Theta-Wellen
- Laterale schnelle Augenbewegungen
- Muskelrelaxation
- Lebhaftes, meistens visuelle Träume
- Blutüberfluß in den Geschlechtsorganen, Erektion
- Vegetative Reaktionen (Blutdruck, etc)

Den REM-Schlaf hemmende Arzneimittel

- Schlafmittel,
- Antidepressiva
- Hormone
- Alkohol
- Antibiotika
- Antihypertensiva

Objektivierung der Schlafstörung

- Direkte Beobachtung
- Heteroanamnese
- Subjektive Symptombeschreibung
- Nacht-EEG

Formen der Schlafstörung

- Einschlafstörung
- Durchschlafstörung
- Störung des Erwachens
 - Vorzeitiges Erwachen
 - Verlängertes Erwachen

Insomnien

- Irgendeiner Typ der Schlafstörung
- Mindestens dreimal in der Woche
innerhalb von einem Monat
- Ständige Beschwerden
- Beeinträchtigung der Lebensqualität

Hypersomnien

- Symptom von unterschiedlichen Krankheiten
 - Pickwicksches Syndrom
 - Atypische Depression
 - Abhängigkeit
- Narkolepsie
 - Schlafattacke, Muskelatonie
 - Direkter REM-Schlaf
 - Lachschlag (Oppenheim)

Obstruktives Apnoe-Syndrom (Pickwick)

- Dickleibigkeit
- Hypertonie
- Häufiges Einschlafen am Tag
- Periodisches Atmen
- Obstruktion der Atemwege
- Schnarchen

Störungen des Biorhythmus

- Tagesschwankungen
 - Nachteule-Typ
 - Lerchentyp
- Jet-lag
- Schlafstörung in primären Depressionen
- Schlafenzug

Störungen des Non-REM Schlafes

- Somnambulismus (Nachtwandeln)
 - Somniloquismus
 - Bruxismus (Zähneknirschen)
- Pavor nocturnus
 - 3., 4. Phase
 - Panickattake
 - Erinnerungslücke
- Enuresis nocturna (Bettnässen)

Störungen des REM-Schlafes

- Incubus (Alptraum, nightmares)
 - Absturz, Verfolgung, Beschämung
 - 4-6 Jahre
 - Häufiger bei Mädchen
 - Emotionelle Probleme im Hintergrund

Behandlungsprinzipien

- Gründliche klinische Untersuchung (EEG)
- Behandlung des Grundproblems
- Symptomatische Behandlung mit Schlafmittel
 - Kurzdauernd
 - Mittlere Halbwertszeit
- Gefahr der iatrogenen Abhängigkeit