

Wenn die Seele Hilfe braucht

Nach Angaben des Bundesministeriums für Gesundheit leidet fast jeder dritte Mensch im Laufe seines Lebens an einer behandlungsbedürftigen psychischen Erkrankung. Gerade seit den letzten zehn Jahren machen diese Erkrankungen einen immer größeren Anteil im Diagnose- und Behandlungsspektrum aus. Der Stadtkurier Freiburg sprach mit Dr. Werner Geigges, Chefarzt der Rehaklinik Glotterbad, über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten.

SK: Die Zahl psychischer Erkrankungen nimmt seit Jahren zu. Sind die Zahlen wirklich gestiegen oder hat sich die Selbstwahrnehmung der Betroffenen verändert, die ihre Erkrankung akzeptieren und sich Hilfe suchen?

Dr. Geigges: Nach heutigem Erkenntnisstand nimmt die Zahl psychischer Erkrankungen absolut gesehen nicht zu. Dennoch gibt es eine dramatische Zunahme bei den durch psychische Störungen bedingten Arbeitsunfähigkeitsagen. Gründe hierfür sind insbesondere verbesserte Diagnostik und die Abnahme der Stigmatisierung.

Die Symptomatik einer psychischen Störung, insbesondere einer Depression, führt zu frühen Leistungseinbußen im beruflichen Bereich. Dazu gehören z.B. die Abnahme von Konzentrationsfähigkeit, Merkfähigkeit, Entscheidungsfreudigkeit, Selbstvertrauen, Zuversicht und Motivation sowie die Zunahme von Schlafstörungen.



von Leistung und Leistungsbereitschaft und Anerkennung dieser Leistungen sowie ein Missverhältnis von Leistungsanforderung und eigenen Gestaltungsmöglichkeiten auf der anderen Seite.

SK: Wie kann den Betroffenen geholfen werden?

Dr. Geigges: In einer frühen Phase psychischer Störungen, z. B. im Sinne eines Burnout-Syndroms spielen individuelle Präventionsmaßnahmen eine große Rolle (Zeiten der Regeneration, Work-Life-Balance usw.). Bei Arbeitsplatzkonflikten besteht die Möglichkeit, sich an die Baden-Württemberg weit erreichbare Konfliktthotline (www.konfliktthotline-bw.de) zu wenden, die auf unserem Klinikgelände ihren Sitz hat, sowie an die regionalen Mobbing-Telefone. Bei fortgeschrittener psychischer Symptomatik gibt es zunächst die Möglichkeit einer ambulanten Psychotherapie, auch wenn hier die

chomosatische Rehabilitation (ZAPR) in Freiburg anbieten.

SK: Welchen Patienten kann die Rehaklinik Glotterbad helfen und wie läuft eine Behandlung in der Regel ab?

Dr. Geigges: Bei Patienten mit psychischen und psychosomatischen Störungen, also Depressionen, Ängsten und chronischen Schmerzzuständen, bei denen die Erwerbsfähigkeit bedroht oder bereits gestört ist, z. B. im Sinne einer längeren Krankschreibung, besteht die Indikation für eine stationäre oder ganztägig ambulante psychosomatische Rehabilitation in der Rehaklinik Glotterbad oder im ZAPR Freiburg. Im Mittelpunkt der Behandlung steht ein multimodaler Therapieansatz, bei



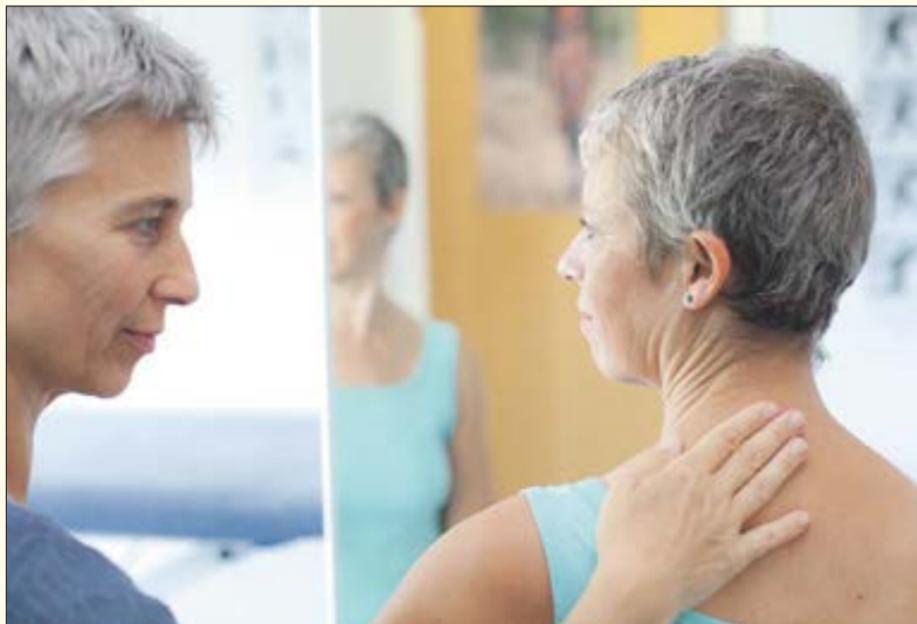
psychosomatische Rehabilitation in der Rehaklinik Glotterbad oder im ZAPR Freiburg. Im Mittelpunkt der Behandlung steht ein multimodaler Therapieansatz, bei

psychische Störungen, Einzelgespräche, erlebnisaktivierende Therapien wie die Kunst-, Musik- und Gestalttherapie, Körperpsychotherapie, vielfältige Entspannungsmethoden, von Autogenem Training, Progressiver Muskelentspannung, Atemtherapie bis Qi Gong. Ein umfangreiches Angebot an Sport- und Bewegungstherapien, z. B. Therapeutisches Klettern oder Aqua Fit im Schwimmbecken, Gesundheitsberatung sowie spezielle Maßnahmen der medizinisch-beruflich orientierten Rehabilitation wie be-

nehmen stärker in der Prävention tätig werden?

Dr. Geigges: Aus neueren Studien wissen wir, dass nur die Kombination aus individueller Verhaltensprävention und betrieblicher Verhältnisprävention Motivation und Leistungsfähigkeit von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern wirklich sichern hilft. Auf Grund des neuen Präventionsgesetzes sowie des betrieblichen Gesundheitsmanagements gilt es, künftig auch psychische Gefährdungsbeurteilungen konsequent durchzuführen

Rehaklinik Glotterbad und dem Zentrum für Psychiatrie in Emmendingen im Rahmen sogenannter Eilverfahren Psychosomatik erfolgreich neue Behandlungspfade zwischen akuten psychiatrischer stationärer Behandlung und direkt anschließender psychosomatischer Rehabilitation erzielt werden. Innerhalb des Kompetenzverbundes Südbaden wird in enger Abstimmung mit der Clearingstelle der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg künftig eine direkte Anlaufstelle für zuweisende Ärzte sowie Patienten



Stressbewältigungstraining, kognitives Training, Sozialberatung, Berufcoaching und berufliche Belastungserprobung.

SK: Muss eine Behandlung immer stationär erfolgen oder gibt es auch ambulante Alternativen?

Dr. Geigges: Immer häufiger wird neben der traditionellen stationären psychosomatischen Rehabilitation auch die ganztägig ambulante Rehabilitation beantragt mit dem Vorteil, dass Erkenntnis und Verhaltensänderungen während der Therapie täglich im familiären Umfeld umgesetzt und erprobt sowie Familienangehörige routinemäßig in die Therapie einbezogen werden können und auch bei beruflichen Problemlagen das betriebliche Umfeld unmittelbar einbezogen werden kann. In man-

und gefährdete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf entsprechende Prävention und eventuell auch Therapieoptionen hinzuweisen. In der Rehaklinik Glotterbad führen wir seit drei Jahren Präventionsprogramme (BalancePLUS) für psychisch gefährdete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mittlerer und größerer Betriebe mit großem Erfolg durch. Sowie auf der Ebene Verhältnisprävention Führungskräfte Seminare, Seminare für Konfliktmanagement sowie Resilienztraining für Führungskräfte. Im Rahmen der Konfliktthotline Baden-Württemberg e.V. planen wir die Etablierung einer eigenen Hotline für Führungskräfte, um bei Arbeitsplatzkonflikten rasch lösungsorientiert zu handeln. Durch zahlreiche Kooperationsprojekte mit mittleren und größeren Firmen entwickelt sich die Rehaklinik Glotterbad zunehmend zu einem Zentrum für Arbeit und seelische Gesundheit.

angestrebte, um die Behandlungskompetenzen der einzelnen Verbundkliniken transparent und für optimierte Therapieabläufe nutzbar zu machen.

Rehaklinik Glotterbad

Die Rehaklinik Glotterbad ist eine Fachklinik für Psychosomatik, Psychotherapeutische und Innere Medizin. Behandelt werden Patientinnen und Patienten mit chronischen körperlichen Erkrankungen verbunden mit Ängsten und Depressionen, mit funktionellen Beschwerden oder somatoformen Störungen. Ebenso behandelt werden Menschen mit Ängsten, Depressionen, Essstörungen, posttraumatischen Belastungsstörungen und Persönlichkeitsstörungen, insbesondere Borderline-Störungen.

■ Weitere Informationen: www.rehaklinik-glotterbad.de

ZAPR Freiburg – Zentrum für Ambulante Psychosomatische Rehabilitation

Das zur Rehaklinik Glotterbad gehörende ZAPR bietet Betroffenen, für die eine ambulante Therapie nicht mehr ausreichend ist und die in der Nähe wohnen, die Möglichkeit einer intensiven ganztägig ambulanten Behandlung. Behandelt werden Patienten mit u.a. Depressionen, Burnout, Angststörungen, Anpassungsstörungen bzw. Belastungsreaktionen sowie körperlichen Störungen, bei denen psychosoziale Faktoren für Genese, Verarbeitung und Verlauf relevant sind (z.B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Asthma bronchiale) und Chronische Schmerzstörungen, die sowohl eine orthopädische wie auch psychosomatische Kompetenz bei der Behandlung erfordern.

■ Weitere Informationen: www.zapr-rehazentren-bw.de



SK: Was sind die hauptsächlichsten Leiden?

Dr. Geigges: Depressive Störungen mit ihren Kernsymptomen: depressive Stimmung, Antriebsstörung und Unfähigkeit Freude empfinden zu können sowie verschiedenste Ängste, aber auch körperbezogene Ängste und chronische Schmerzen.

SK: Es liegt der Verdacht nahe, dass sich die raschen Veränderungen in der Gesellschaft und der Berufswelt negativ auf die Psyche auswirken können. Depressionen und Burnout werden in diesem Zusammenhang oft genannt. Sind psychische Erkrankungen wirklich ein Ausdruck der Zeit, in der sie auftreten?

Dr. Geigges: Psychische Störungen sind stets multifaktorielle Störungen, dennoch gibt es bei ihnen einen sehr engen Bezug zu privaten und beruflichen Lebenskontexten. Probleme am Arbeitsplatz spielen eine wichtige Rolle bei der Entstehung psychischer Störungen aber auch bei der schwierigen oder misslingenden Reintegration am Arbeitsplatz nach solchen Störungen. Im beruflichen Bereich sind es vor allem eskalierende chronische Arbeitsplatzkonflikte, chronischer Stress und Leistungsdruck, schlechtes Betriebsklima sowie eine fehlende gesundheitsbezogene Führungskultur. Vor allem letztere begünstigen Gratifikationskrisen, d.h. ein Missverhältnis



Bilder: RehaZentren Baden-Württemberg

Wartezeiten in der Regel noch sehr lange sind. Und schließlich stationäre und tagesklinische Therapiemaßnahmen sowie eine psychosomatische Rehabilitation. Entweder stationär oder ganztägig ambulant, wie wir sie in der Rehaklinik Glotterbad bzw. im Zentrum für Ambulante Psy-

dem mit den Patienten individuelle Therapieziele erarbeitet werden und die Behandlung einerseits auf die spezielle Krankheit, andererseits auf individuelle Ressourcen und Möglichkeiten abgestimmt wird. Der multimodale Therapieansatz beinhaltet unter anderem Gruppentherapien für spezifische

chen Fällen ist aber nach wie vor die stationäre Behandlungsmöglichkeit notwendig, wenn ein Abstand zum privaten und beruflichen Umfeld für die Genesung unabdingbar ist.

SK: Was muss sich in der Arbeitswelt ändern? Müssen aus Ihrer Sicht Un-