

Informationen zu psychischen Beschwerden bei körperlichen Erkrankungen

Bei vielen körperlichen Erkrankungen können begleitend psychische Beschwerden auftreten, die oft zusätzlich Leidensdruck verursachen. Häufig werden diese psychischen Beschwerden übersehen oder nicht als eigenständige Krankheitszeichen gewertet. Es kann erforderlich sein, zusätzlich zur somatischen Behandlung eine psychotherapeutische Behandlung aufzunehmen. Die psychotherapeutische Behandlung kann dabei entweder eine begleitende zusätzliche psychische Erkrankung behandeln (z. B. Depression, Angst, Schlafstörung) oder aber bestimmte Veränderungen der Lebensweise, die bei manchen somatischen Erkrankungen dringend erforderlich sind, unterstützen und begleiten. Wichtig kann auch eine Auseinandersetzung mit den die körperliche Erkrankung begleitenden Ängsten sein sowie eine Verbesserung der Kompetenzen zur Krankheitsbewältigung. Bei terminalen Erkrankungen (Krebs, Tumore) kann eine Psychotherapie auch palliativ, d. h. sterbebegleitend sein und dabei helfen, sich mit den Ängsten, der Trauer, der Wut auseinanderzusetzen, sich zu verabschieden und mit sich ins Reine zu kommen.

Körperliche Erkrankungen, die häufig eine Veränderung der Lebensweise erforderlich machen, die durch eine Psychotherapie unterstützt werden kann, sind:

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Diabetes
- Epilepsie
- Asthma
- chronische Darmentzündungen
- Neurodermitis
- Allergien
- Rheuma
- Krebs, Tumore

Bei all diesen Erkrankungen können begleitende psychische Beschwerden auftreten, die das Ausmaß einer eigenständigen Erkrankung annehmen können. Vor allem (Zukunfts-) Ängste und Depressionen spielen hier eine Rolle, aber auch Scham und die Herausforderung, mit der veränderten Lebenssituation zurechtzukommen und sich daran anpassen zu müssen. Auch der Umgang mit Schmerzen (z. B. bei Rheuma) und eine Verbesserung der Lebensqualität trotz der Einschränkungen können im Vordergrund der Behandlung stehen.

Psychotherapie

Wissenschaftliche Studien belegen seit vielen Jahren die Wirksamkeit fachgerechter psychotherapeutischer Interventionen.