

Kapitel 15 Behandlung psychischer Störungen

15.1 Wie werden psychische Störungen behandelt?

- ▶ **Psychotherapie basiert auf psychologischen Prinzipien:** Psychotherapie ist die professionelle Behandlung psychischer Störungen bzw. psychisch bedingter somatischer Störungen mit psychologischen Ansätzen; sie zielt auf eine Veränderung im Erleben, Denken und Verhalten ab. Psychodynamische Therapie verhilft Menschen zu Einsicht. Humanistische Therapien fördern persönliches Wachstum durch mehr Selbstverständnis. Verhaltenstherapien setzen an dysfunktionalen Verhaltensweisen an, kognitive Therapien an dysfunktionalen Denkmustern. Der kulturelle Hintergrund eines Menschen kann ein entscheidender Faktor dabei sein, ob er eine Therapie anstrebt und welche Art von Therapie am wahrscheinlichsten wirksam sein wird.
- ▶ **Medikation ist bei bestimmten Störungen wirksam:** Psychopharmakologie basiert auf der Idee, dass maladaptive Verhalten auf neurologische Dysfunktionen zurückzuführen ist. Psychotrope Medikamente zielen daher darauf ab, Ungleichgewichte im Neurotransmitterhaushalt des Gehirns zu korrigieren. Psychopharmaka umfassen u. a. Anxiolytika, Antidepressiva und Antipsychotika.
- ▶ **Andere medizinische Behandlungen werden in extremen Fällen eingesetzt:** Wenn traditionelle Behandlungen versagen, können weitere medizinische Methoden versucht werden, darunter Elektrokrampftherapie, Transkranielle Magnetstimulation und Tiefenhirnstimulation.
- ▶ **Die Wirksamkeit einer Behandlung wird empirisch nachgewiesen:** Randomisierte klinische Studien sollten eingesetzt werden, um die Wirksamkeit einer Behandlung für psychische Störungen zu evaluieren. Therapien, die nicht durch empirische Forschungen gestützt werden, können ineffektiv und auch gefährlich sein.
- ▶ **Verschiedene Berufsgruppen arbeiten bei der Behandlung psychischer Störungen zusammen:** Zu den vielen Arten von spezialisierten Fachkräften, die Menschen mit psychischen Störungen helfen, zählen Psychologische Psychotherapeuten, Psychiater sowie Fachärzte für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie.

15.2 Welches sind die wirksamsten Behandlungen?

- ▶ **Bei Angststörungen sind auf Verhalten und Kognition gerichtete Behandlungen am wirksamsten:** Bei der Behandlung von Angststörungen sind kognitive und behaviorale Behandlungen – darunter kognitive Umstrukturierung, systematische Desensibilisierung, Exposition mit Reaktionsverhinderung – besonders effektiv.
- ▶ **Bei Zwangsstörungen sind sowohl Antidepressiva als auch Kognitive Verhaltenstherapie wirksam:** Patienten mit Zwangsstörung sprechen auf Medikamente an, die die Serotoninwiederaufnahme hemmen. Im Rahmen einer Psychotherapie ist Exposition mit Reaktionsverhinderung eine wirksame Intervention. Tiefenhirnstimulation könnte bei Patienten mit schweren Zwangsstörungen vielversprechend sein.
- ▶ **Für depressive Störungen stehen viele wirksame Behandlungen zur Verfügung:** Zu den Behandlungsstrategien zählen Kognitive Verhaltenstherapie, Elektrokrampftherapie, transkranielle Magnetstimulation, Tiefenhirnstimulation und Antidepressiva. Die pharmakologische Behandlung erfolgt durch MAO-Hemmer, Trizyklika oder Selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer.
- ▶ **Bei bipolaren Störungen sind Lithium und atypische Antipsychotika die wirksamsten Therapien:** Lithium ist ein wirksamer Stimmungsstabilisator, hat jedoch eine Reihe unangenehmer Nebenwirkungen. Auch atypische Antipsychotika können die Symptome der Bipolaren Störung lindern. Psychotherapie kann u. a. helfen die Compliance bei der Medikamenteneinnahme zu verbessern.
- ▶ **Bei Schizophrenie sind Antipsychotika die optimale Behandlung:** Medikamente der ersten Antipsychotika-Generation sind am wirksamsten bei der Behandlung der Positivsymptome der Schizophrenie. Spätdyskinesien und andere Nebenwirkungen sind jedoch häufig. Clozapin wirkt an den Rezeptoren verschiedener Neurotransmitter, ist wirksam bei der Behandlung der Negativ- und der Positivsymptome der Schizophrenie und hat

weniger Nebenwirkungen. Die Prognose der Patienten hängt u. a. vom Alter bei Auftreten der Erkrankung, Geschlecht und kulturellen Faktoren ab.

15.3 Wie werden Persönlichkeitsstörungen behandelt?

- ▶ **Die Borderline-Persönlichkeitsstörung wird mit Dialektisch-behavioraler Therapie erfolgreich behandelt:** Die Dialektisch-behaviorale Therapie (DBT) kombiniert behaviorale, kognitive und psychodynamische Ansätze, um Selbstakzeptanz zu fördern. Zunächst werden die schädlichsten Verhaltensweisen bearbeitet und durch angemesseneres Verhalten ersetzt. Im nächsten Schritt exploriert der Therapeut traumatische Erfahrungen. Schließlich wird der Patient bzw. die Patientin beim Aufbau von Selbstrespekt und Unabhängigkeit unterstützt.
- ▶ **Die Antisoziale Persönlichkeitsstörung ist extrem schwer zu behandeln:** Behaviorale und kognitive Ansätze werden gelegentlich verwendet, um die Antisoziale Persönlichkeitsstörung zu behandeln – derzeit scheint jedoch kein Behandlungsansatz sonderlich effektiv zu sein. Die Prognose ist daher schlecht und ein präventiver Ansatz, d. h. die Behandlung von Verhaltensstörungen im Kindesalter, könnte die beste Strategie sein.

15.4 Wie werden Störungen des Kindes- und Jugendalters behandelt?

- ▶ **Kinder mit ADHS können von diversen Ansätzen profitieren:** Medikamente wie Ritalin können sehr wirksam sein, allerdings sind mit dieser Medikation Nebenwirkungen verbunden (u. a. Schlafprobleme, reduzierter Appetit, motorische Zuckungen). Neuere Studien deuten darauf hin, dass eine Verhaltenstherapie langfristig in der Behandlung von ADHS wirksamer sein könnte als der Einsatz psychotroper Medikamente.
- ▶ **Kinder mit einer Autismus-Spektrum-Störung profitieren von einer strukturierten behavioralen Behandlung:** Die angewandte Verhaltensanalyse (ABA) ist eine intensive Behandlung für Autismus-Spektrum-Störungen, die auf Prinzipien der operanten Konditionierung basiert. Sie ist die wirksamste Behandlung für ASS. Es wurde noch keine medizinische Behandlung für ASS entwickelt, aber Oxytocin könnte erfolversprechend sein.
- ▶ **Der Einsatz von Medikation zur Behandlung von Depressionen bei Jugendlichen ist kontrovers:** Der Einsatz von SSRI wie Fluoxetin zur Behandlung von Depressionen bei Jugendlichen nimmt zu, ist jedoch durchaus umstritten. Insbesondere bei hohen Dosierungen könnten sie zu vermehrten Suizidgedanken führen. Empirische Belege deuten allerdings darauf hin, dass der Einsatz mehr Vor- als Nachteile hat. Die Kombination von Medikamenten und Psychotherapie könnte der effektivste Weg zur Behandlung von depressiven Störungen im Jugendalter sein.