



**ZUSAMMEN-
FASSUNGEN**



Claus Vögele
**Klinische Psychologie:
Körperliche Erkrankungen
kompakt**
ISBN 978-3-621-27754-9

Übersicht Zusammenfassungen

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Chronisch-obstruktive Lungenerkrankung (COPD)

Übergewicht und Adipositas

Diabetes mellitus

Krebserkrankungen

HIV und AIDS

Rheumatische Erkrankungen und chronische Schmerzen

Neurologische Erkrankungen



ZUSAMMEN- FASSUNGEN



Claus Vögele
**Klinische Psychologie:
Körperliche Erkrankungen
kompakt**
ISBN 978-3-621-27754-9

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

- ▶ Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die häufigste Todesursache in unserer Gesellschaft.
- ▶ Arteriosklerose ist die wichtigste und häufigste Störung. Sie kann zu Herzinfarkt, Angina pectoris, Schlaganfall und peripherer Verschlusskrankheit führen.
- ▶ Zu den zweifelsfrei nachgewiesenen Risikofaktoren für die Arteriosklerose gehören Rauchen, erhöhte Blutfette, Bluthochdruck, Diabetes mellitus und familiäre Belastung.
- ▶ Zu den psychosozialen Risikofaktoren zählen soziale Isolation, niedriger sozio-ökonomischer Status, Feindseligkeit und Depression. Häufige psychische Begleiterkrankungen sind Depression und Angst.
- ▶ Depressionen verschlechtern die Prognose für den Verlauf der Herzerkrankung. Dieser Effekt ist unabhängig von anderen Risikofaktoren. Depressionen müssen deshalb bei der Diagnostik und Therapie von Herzkranken unbedingt berücksichtigt werden.
- ▶ Klinisch-psychologische Behandlungen werden im Rahmen von Rehabilitationsprogrammen oder als einzeltherapeutische Maßnahme eingesetzt.
- ▶ Der bisherige Stand der Forschung zeigt keine nachweisbaren Effekte von Psychotherapie auf die Langzeitprognose von Herz-Patienten.
- ▶ Psychotherapeutische Verfahren liefern jedoch einen wichtigen Beitrag zum Abbau von Risikoverhaltensweisen, zur Verbesserung von Angst- und Depressionssymptomatik und zu einer besseren Lebensqualität.
- ▶ Das psychologische Behandlungsangebot in der Praxis richtet sich auch nach dem Behandlungsstadium, also danach, ob sich der Patient in der Akutversorgung im Krankenhaus befindet, zur Rehabilitation in ein Rehabilitationszentrum überwiesen oder nach Hause entlassen wurde.

Chronisch-obstruktive Lungenerkrankung (COPD)

- ▶ Der Begriff „Chronisch-obstruktive Lungenerkrankung“ („chronic-obstructive pulmonary disease“, COPD) ist ein Sammelbegriff für eine Gruppe von Lungenkrankheiten, bei denen die Lungenfunktion eingeschränkt ist und bei weiterem Fortschreiten der Erkrankung immer schlechter wird.
- ▶ COPD ist weltweit die vierthäufigste Todesursache.
- ▶ COPD ist nicht heilbar.
- ▶ Die medizinische Therapie konzentriert sich daher auf eine Verbesserung der Lebensqualität der Erkrankten.
- ▶ Angststörungen und Depressionen sind häufige psychische Begleiterkrankungen der COPD, die sich ungünstig auf den Krankheitsverlauf auswirken und die Lebensqualität weiter einschränken.
- ▶ Klinisch-psychologische Behandlungen werden im Rahmen von Rehabilitationsprogrammen oder als einzeltherapeutische Maßnahme eingesetzt. Sie liefern einen wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Medikamenten-Compliance, zur Verbesserung von Angst- und Depressionssymptomatik und zu einer besseren Lebensqualität.
- ▶ Kognitiv-verhaltenstherapeutische Verfahren müssen den Besonderheiten bei dieser Patientengruppe angepasst werden (z. B. Unterscheidung von angstbedingter und COPD-bedingter Atemnot).



ZUSAMMEN- FASSUNGEN



Claus Vögele
**Klinische Psychologie:
Körperliche Erkrankungen
kompakt**
ISBN 978-3-621-27754-9

Übergewicht und Adipositas

- ▶ Übergewicht ist eine chronische Krankheit, die mit einer erheblichen Einschränkung der Lebensqualität einhergeht und zu schweren gesundheitlichen Schäden führen kann.
- ▶ Übergewicht ist in den westlichen Industrieländern besonders häufig, wobei die Anzahl der Neuerkrankungen seit Jahrzehnten steigt. Schätzungen zufolge hat in Deutschland nur noch etwa ein Drittel der erwachsenen Bevölkerung ein gesundheitlich wünschenswertes Körpergewicht.
- ▶ Die Ursachen sind vielschichtig: Falsche Ernährung und Bewegungsmangel sind die beiden Hauptfaktoren, wobei Gene das Risiko, übergewichtig zu werden, entscheidend erhöhen.
- ▶ Die Behandlungsempfehlung richtet sich nach dem Ausmaß des Übergewichts. Wichtig ist dabei eine realistische Zielsetzung, da der gewünschte Gewichtsverlust oft das Erreichbare übersteigt.
- ▶ Im Vordergrund der psychologischen Behandlung steht die Optimierung gesundheitsförderlicher Maßnahmen wie eine Ernährungsumstellung auf gesunde Ernährung (ohne ausschließliche Fixierung auf Kalorienrestriktion) und die Förderung körperlicher Aktivität.

Diabetes mellitus

- ▶ Diabetes mellitus ist eine chronische Stoffwechselerkrankung.
- ▶ Man unterscheidet nach Ursache hauptsächlich zwischen Typ-1- und Typ-2-Diabetes.
- ▶ Beim Typ-1-Diabetes kommt es aufgrund einer Zerstörung der Insulin-produzierenden Inselzellen der Bauchspeicheldrüse zu einem absoluten Insulinmangel. Insulin muss deshalb lebenslang durch Injektion zugeführt werden.
- ▶ Beim Typ-2-Diabetes besteht eine Insulinunempfindlichkeit („Insulinresistenz“). Besonders in der Anfangsphase des Typ-2-Diabetes können die Blutzuckerwerte oft durch Gewichtsreduktion, Umstellung der Ernährung und Förderung körperlicher Aktivität normalisiert werden. Erst im weiteren Verlauf der Erkrankung kann es nötig werden, auch medikamentös (durch Tabletten oder Insulininjektionen) zu behandeln.
- ▶ Mit geschätzten 4 Millionen Diabetikern in Deutschland (5 Prozent der Bevölkerung) gehört Diabetes mellitus zu den häufigsten chronischen Erkrankungen.
- ▶ Diabetes mellitus erfordert vom Patienten eine einschneidende Veränderung in der Lebensführung, da er die wesentlichen Therapiemaßnahmen in seinem Alltag eigenverantwortlich umsetzen muss.
- ▶ Anpassungsschwierigkeiten und psychische Störungen, insbesondere Depressionen, Ängste und Essstörungen, sind häufig. Diese beeinträchtigen das Selbstmanagement des Patienten und erhöhen das Risiko für eine akute Stoffwechsellage oder eine der zahlreichen Folgeerkrankungen (z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall, Erblindung).
- ▶ Psychotherapeutische Verfahren liefern einen wichtigen Beitrag zum Abbau von Risikoverhaltensweisen, zur Verbesserung der Angst- und Depressionssymptomatik und zu einer besseren Lebensqualität.



ZUSAMMEN- FASSUNGEN



Claus Vögele
**Klinische Psychologie:
Körperliche Erkrankungen
kompakt**
ISBN 978-3-621-27754-9

Krebserkrankungen

- ▶ Krebs ist ein Sammelbegriff für eine Vielzahl verwandter Krankheiten, bei denen Körperzellen unkontrolliert wachsen, sich teilen und gesundes Gewebe verdrängen und zerstören können.
- ▶ Krebs hat unterschiedliche Auslöser, die alle zu einer Störung des genetisch geregelten Gleichgewichts zwischen Zellzyklus (Wachstum und Teilung) und Zelltod (Apoptose) führen.
- ▶ Krebs ist nach den Herz-Kreislauf-Erkrankungen die zweithäufigste Todesursache in Deutschland. Besonders häufig sind Krebserkrankungen der Brustdrüse (Frauen), der Prostata (Männer), der Lunge und des Dickdarms.
- ▶ Die meisten Krebserkrankungen nehmen an Häufigkeit im Alter deutlich zu. Dazu kommen eine Reihe anderer Risikofaktoren: Tabakrauchen, Alkohol und andere chemische Stoffe, Viren, Immundefekte sowie die Veranlagung für bestimmte Krebsarten.
- ▶ Psychische Faktoren spielen in der Krankheitsentwicklung möglicherweise über den Einfluss auf das Immunsystem und das Gesundheitsverhalten eine Rolle.
- ▶ Trotz der Fortschritte in der medizinischen Behandlung sind die meisten Behandlungsmethoden mit schweren Nebenwirkungen verbunden.
- ▶ Die Krebserkrankung bedeutet für den Patienten eine völlige veränderte Lebensperspektive und erfordert weitreichende Anpassungsleistungen in der Lebensführung.
- ▶ Anpassungsschwierigkeiten und psychische Störungen sind häufig, besonders Depressionen, Ängste und Anpassungsstörungen. Diese beeinträchtigen sowohl die Behandlungssadhärenz als auch die Lebensqualität und wirken sich ungünstig auf das Immunsystem aus.
- ▶ Psychologische Interventionen tragen wesentlich zur Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung und zur Reduzierung der Behandlungsnebenwirkungen bei.
- ▶ Besonders erfolgreich sind kognitiv-behaviorale Stressmanagement-Programme.

HIV und AIDS

- ▶ HIV/AIDS ist eine Infektionskrankheit mit dem HI-Virus.
- ▶ Weltweit sind fast 40 Millionen Menschen infiziert, in Deutschland sind es 44.000.
- ▶ Bei Nicht-Behandlung führt die Infektion nach wenigen Jahren zum Ausbruch der Erkrankung AIDS und zum Tod durch opportunistische Infektionen und bösartige Tumoren.
- ▶ Die Infektion mit dem HI-Virus ist unheilbar.
- ▶ Die Behandlung mit antiretroviralen Medikamenten kann das Fortschreiten der Erkrankung verlangsamen und dadurch die Lebenserwartung entscheidend verlängern.
- ▶ Antiretrovirale Medikamente müssen lebenslang mit großer Regelmäßigkeit eingenommen werden. Die z. T. schweren Nebenwirkungen dieser Medikamente sind eine starke Belastung für die Patienten und erschweren die Behandlungssadhärenz.
- ▶ Die Infektion mit dem HI-Virus bedeutet für den Patienten eine völlig veränderte Lebensperspektive und erfordert weitreichende Anpassungsleistungen in der Lebensführung.



Claus Vögele
**Klinische Psychologie:
Körperliche Erkrankungen
kompakt**
ISBN 978-3-621-27754-9

- ▶ Anpassungsschwierigkeiten und psychische Störungen sind häufig. Besonders Depressionen, Ängste, Anpassungsstörungen und in fortgeschrittenen Erkrankungsstadien auch kognitive Einschränkungen. Diese beeinträchtigen die Behandlungssadhärenz, erhöhen das Risiko für gesundheitliches Risikoverhalten und wirken sich ungünstig auf das Immunsystem aus.
- ▶ Psychologische Interventionen tragen wesentlich zum Abbau von Risikoverhaltensweisen bei, verbessern die Behandlungssadhärenz und Depressions- und Angstsymptomatik, und steigern die Lebensqualität.

Rheumatische Erkrankungen und chronische Schmerzen

- ▶ „Rheuma“ umfasst eine Gruppe von mehr als 400 einzelnen Erkrankungen, die einander z. T. ähneln, z. T. aber auch völlig unterschiedlich sind. Heute versteht man darunter alle Krankheiten im Bereich des Bewegungsapparates (z. B. Gelenke, Gelenkkapseln, Knochen, Muskulatur oder Sehnen), die nicht durch eine Verletzung oder durch Tumore hervorgerufen werden.
- ▶ Rheuma ist nicht, wie oft vermutet wird, eine Krankheit von alten Leuten. Rheumatische Erkrankungen gibt es auch bei Kindern.
- ▶ Die medizinische Behandlung besteht in erster Linie in der Gabe von Analgetika (reine Schmerzmedikamente) und Antirheumatika. Diese Medikamente können schwere Nebenwirkungen haben, besonders wenn sie über längere Zeiträume eingenommen werden müssen.
- ▶ Chronische Schmerzen sind eine häufige Folge von rheumatischen Erkrankungen, die zu verminderter Lebensqualität führen und stark mit Depressionen und Angststörungen verbunden sind. Sie stehen häufig im Vordergrund der Beschwerden, die einen Patienten zum Psychologen oder Psychotherapeuten führen.
- ▶ Angststörungen und Depressionen tragen unabhängig von der rheumatischen Erkrankung zu einer stärkeren Behinderung bei. Diagnostik und Therapie psychischer Begleiterkrankungen sind deshalb wichtig.
- ▶ Schmerzbezogene Kognitionen, schmerzbezogene Selbstwirksamkeitserwartungen und schmerzbezogene Bewältigungsstrategien sind für die Entstehung und Aufrechterhaltung von chronischen Schmerzen von entscheidender Bedeutung.
- ▶ Um den Teufelskreis aus Schmerz, Spannung, Angst, Stress, Schmerz zu unterbrechen, werden Biofeedback, Entspannungsverfahren, operantes Training und kognitiv-verhaltenstherapeutische Schmerzbewältigungstrainings eingesetzt.
- ▶ Die kognitiv-verhaltenstherapeutische Behandlung psychischer Begleiterkrankungen unterscheidet sich bezüglich der Prinzipien des therapeutischen Vorgehens nicht von der kognitiv-verhaltenstherapeutischen Behandlung von Patienten ohne rheumatische Erkrankung.
- ▶ Wenn chronische Schmerzen erfolgreich therapiert werden, ist auch mit einer Verbesserung der psychischen Beschwerden zu rechnen.



ZUSAMMEN- FASSUNGEN



Claus Vögele
**Klinische Psychologie:
Körperliche Erkrankungen
kompakt**
ISBN 978-3-621-27754-9

Neurologische Erkrankungen

- ▶ Neurologische Erkrankungen sind Krankheiten der Nerven, des Gehirns und Rückenmarks. Dazu gehören Gefäßerkrankungen (z. B. Schlaganfall), Basalganglienerkrankungen (z. B. die Parkinson-Krankheit), Hirntumoren, Anfallsleiden (z. B. Epilepsie), Entzündungen des Zentralnervensystems, Entmarkungskrankheiten (z. B. Multiple Sklerose), Demenzen (z. B. Alzheimer-Krankheit) und Motoneuronerkrankungen (z. B. Amyotrophe Lateralsklerose).
- ▶ Schlaganfälle sind in Deutschland nach dem Herzinfarkt und den Krebserkrankungen mit 15 Prozent aller Todesfälle die dritthäufigste Todesursache. Zudem sind sie die häufigste Ursache für erworbene Behinderungen im Erwachsenenalter.
- ▶ Die Demenzen sind von allen neurologischen Erkrankungen am meisten vom Alter abhängig. Mit steigendem Durchschnittsalter der Gesamtbevölkerung ist mit einer stark ansteigenden Inzidenz zu rechnen.
- ▶ Bei fast jeder Schädigung oder Erkrankung des Gehirns kommt es auch zu psychischen Veränderungen, beispielsweise zu emotionalen Auffälligkeiten, Antriebsmangel oder Enthemmung durch Verlust von Impulskontrolle.
- ▶ Depressionen gehören mit bis zu 40 Prozent zu den häufigsten psychischen Störungen, vor allem bei Patienten mit zentralen Durchblutungsstörungen (z. B. bei Schlaganfall). Allerdings kommen sie auch bei anderen neurologischen Erkrankungen sehr häufig vor.
- ▶ Psychologische Anpassungs- und Fehlregulationsprozesse (z. B. operant verstärktes Problemverhalten) als Reaktion auf die neurologische Erkrankung tragen entscheidend zu den Beschwerden und einer geringen Lebensqualität der Betroffenen bei.
- ▶ In der klinisch-psychologischen Diagnostik bei neurologischen Erkrankungen sollten die üblichen klinisch-psychologischen Methoden (Fragebögen, Interviews) durch eine neuropsychologische Diagnostik ergänzt werden.
- ▶ Depressionen und andere psychische Beschwerden sind mit kognitiv-verhaltenstherapeutische Verfahren gut zu behandeln. Psychologische Interventionen werden erfolgreich in der Therapie operant verstärkter Verhaltensweisen eingesetzt (z. B. Bewegungsinduktionstraining).