

Dr.med. Ursula Davatz

25.2.2021

Somatoforme Schmerzstörungen

[Audio](#)

[00:00:01.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Ganz herzliche Begrüßung und herzlichen Dank für die Einladung zum Thema: Somatoforme Schmerzstörungen, Ursachen, Symptome und Umgang.

[00:00:12.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe mir auch überlegt, was meint man eigentlich damit? Also ich weiss es natürlich schon, Soma heisst das Äussere, das wäre unser Körper und somatoform sind körperlich wahrgenommene Schmerzen.

[00:00:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hört im Begriff, dass die Mediziner denken, dass das eigentlich keine richtigen Schmerzen sind, sonst müsste man sagen: somatische Schmerzstörung.

[00:00:43.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Hier sieht man schon das Problem der Medizin, das sie mit diesen Schmerzstörungen hat. Eine Zeit lang waren Somatoforme Schmerzstörungen der Grund um eine IV Rente zu erhalten.

[00:00:55.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wurde die Krankheit gestrichen. Es gibt zu viele Menschen in dieser Kategorie.

[00:01:02.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist eigentlich keine richtige Krankheit sagt man, eigentlich müssten wir Mediziner sie behandeln können, dann wäre sie weg und man bräuchte darum auch keine IV.

[00:01:14.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Was ist das Problem? Ich versuche auszuholen, wie ich das meistens mache.

[00:01:20.750] - Dr.med. Ursula Davatz

In der abendländischen Gesellschaft teilt man den Menschen in Körper, Seele und Geist ein.

[00:01:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Körper gehört dem Mediziner, die Seele gehörte früher dem Pfarrer heute gehört sie auch noch dem Psychiater.

[00:01:37.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Pfarrer und Psychiater können sich dann streiten, wer den besseren Umgang hat.

[00:01:43.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Psychiater gehen mit der kranken Seele um und Pfarrer, die Geistlichen, gehen mit der gesunden Seele um.

[00:02:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Den Geist gibt man den Philosophen und den Schriftgelehrten.

[00:02:00.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist eine Einteilung des Menschen in drei Kategorien.

[00:02:08.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie Sie ja aus dem praktischen Leben wissen, lässt sich der Mensch nicht so in drei Schubladen aufteilen. Der Mensch ist immer ein ganzheitliches Wesen.

[00:02:20.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben mit unserem Geist die Tendenz, Dinge einzuteilen. Dann können wir sie besser überblicken und wir meinen wir verstehen sie besser.

[00:02:30.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Medizinerin sage ich, diese Aufteilung funktioniert gar nicht. Eigentlich sind wir ein ganzheitliches Wesen.

[00:02:38.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Als Psychiaterin komme ich vom Hirn her. Das Hirn ist über unser Nervensystem mit allen Körperorganen vernetzt.

[00:02:52.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ihnen schon ein paar Mal ein Hirnmodell gegeben. Ich mache es noch einmal schnell mit der Hand. Das wäre mein Hirn, das wäre das grosse Hirn, meine Finger. Der Daumen wäre das mittlere Hirn, das limbische System. Am Handgelenk wäre das vegetative Hirn.

[00:03:13.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Das mittlere Hirn ist der Sitz der Emotionen.

[00:03:18.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Das haben Sie auch schon ein paar Mal von mir gehört.

[00:03:21.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Das mittlere Hirn reagiert auf emotionale Sachen. Das kann sehr stark auf emotionale Sachen reagieren.

[00:03:31.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn Beziehungen nicht gut laufen, wenn man ein Trauma erlebt, etc.

[00:03:37.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Mittelhirn gibt dann Signale entweder ins Grosshirn oder ins Stammhirn, das Reptilhirn oder an beide Orte.

[00:03:47.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Mittelhirn überläuft mit emotionalem Impulsen und dann viele Impulse ins Grosshirn gibt, ins Denken, dann haben wir die Schizophrenie oder wir denken, wir grübeln, also dann wird einfach gedacht.

[00:04:06.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Mittelhirn aber viele Signale in den Körper gibt, dann gibt es körperliche Symptome.

[00:04:17.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wird das autonome Nervensystem, das die Steuerung von sämtlichen Körperorganen beherrscht, also übergeordnet ist über die Steuerung von sämtlichen Körperorganen. Dann gibt es dort viele Signale und dann kann es körperliche Symptome geben.

[00:04:37.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kann natürlich alle möglichen Symptome geben. Es kann Bauchweh geben usw.

[00:04:41.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den Somatoformen Schmerzstörungen versteht man in der Regel Schmerzen im Muskel Skelett Apparat.

[00:04:51.990] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst, der Muskel Skelett Apparat reagiert. Unsere Muskeln reagieren und alle Nerven natürlich, welche die Muskeln anregen.

[00:05:07.690] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne gibt es Kulturen, in denen es ein Konzept für die Seele gibt. Das ist bei uns in der westlichen Gesellschaft so.

[00:05:18.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Aus der Neurologie haben wir die Psychiatrie entwickelt.

[00:05:22.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Länder, in denen es gar kein Konzept für die Seele gibt, wo nur der Körper sprechen kann.

[00:05:32.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Zum Beispiel Türkei, China und wahrscheinlich auch Japan behandeln seelische Dinge nur über den Körper.

[00:05:45.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst, man macht eine Akupunktur, das ist nicht etwas Schlechtes. Man kommt an alles über den Körper.

[00:05:53.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei uns, jetzt in der Schweiz, in Deutschland, also ja in Europa, hat man das Konzept der Seele, dann spricht man von seelischen Schmerzen.

[00:06:02.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man aber von Somatoformen Schmerzen spricht, dann hat man die Haltung, eigentlich dürften die Leute gar keine körperlichen Schmerzen haben.

[00:06:11.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie projizieren ihre Seele in den Körper.

[00:06:16.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie dann zu einem somatischen Mediziner gehen, dann untersucht er, macht vielleicht ein Röntgenbild oder schaut sonst noch etwas an und sagt, dass da eigentlich nichts ist.

[00:06:26.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Patient hat keinen Grund, diese Schmerzen zu haben.

[00:06:29.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Ganz speziell bei Südländern, die bei uns nicht zu Hause sind oder einen Unfall hatten und sich nicht erholen. Die sprechen an erster Stelle mit dem Körper, denn sie haben kein Konzept, was ist eigentlich ein seelischer Schmerz.

[00:06:47.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man noch etwas genauer hinschaut, dann darf man körperliche Schmerzen haben. Das ist ok, das ist salongemäss, das ist kulturgemäss. Seelische Schmerzen haben Frauen, aber Männer nicht.

[00:07:07.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Einen seelischen Schmerz zu haben ist kein männliches Konzept.

[00:07:11.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch in unserer Gegend nicht. Wir haben eine weitgehende männliche Medizin. Diese männliche Medizin schaut dann auf körperliche Schmerzen herunter, die von der Seele her rühren.

[00:07:25.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Die machen immer mehr aus. Wenn wir den Menschen nicht verstehen, wie sich seine seelischen Schmerzen im Körper manifestieren, dann verstehen wir den Menschen nicht, verstehen die Schmerzen nicht und können sie auch nicht behandeln.

[00:07:37.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Was passiert, wenn man einen seelischen Schmerz hat und den nur im Körper zum Ausdruck bringen kann?

[00:07:47.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Alles andere wäre Schwäche oder man spinnt. Das will niemand sein. Niemand will schwach sein.

[00:07:56.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo die Emotionen in den Körper gehen, und ich sage immer, der Körper kann nicht lügen, es könnte auch Bauchweh geben und alles andere mögliche, aber wir sprechen jetzt von der Schmerzstörung.

[00:08:07.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo der seelische Schmerz, der Stress, in den Körper geht, reagiert der Muskel Skelett Apparat.

[00:08:16.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist auch wieder ein Konzept. Unter Stress kann man kämpfen, Männer machen das eher, oder man kann flüchten. Man kann einen Totstellreflex machen. Das heisst, man ist gelähmt von Schreck, Stress oder Angst.

[00:08:37.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle drei Reflexe, der Kampffreflex, der Totstellreflex und auch der Fluchtreflex bewirkt im Muskel Skelett Apparat, dass der Muskeltonus hochgeht.

[00:08:50.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst, dass die Muskeln angespannt werden. Sie können das schon in einem Gespräch merken, wenn sie gestresst sind und vielleicht ihrem Gegenüber etwas beibringen wollen und er hört nicht recht zu oder nimmt ihre Botschaft nicht entgegen.

[00:09:08.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sitzen Sie nach vorne, spannen ihren Rücken an und ihr Muskeltonus geht hoch.

[00:09:14.270] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele Menschen haben Rückenweh. Das ist immer eine angespannte Situation. Ich sage, die Leute haben Rückenschmerzen, wenn sie Sorgen haben, die in der Nacht nicht weggehen.

[00:09:25.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kann man auch sagen, Muskelspannungen, das macht Schmerzen. Das ist Somatoform, weil man am Anfang der Reaktion noch nichts im Körperorgan sieht.

[00:09:39.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald die Muskeln aber über eine lange Zeit, über einen Dauerzustand, Tag und Nacht und den ganzen Tag angespannt sind, dann funktionieren die Muskeln nicht mehr so gut.

[00:09:51.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sehen bei allen Sportlern, die machen zwischendurch immer wieder Dehnübungen, um ihre Muskeln wieder in eine Beweglichkeit, in eine Flexibilität zu bringen.

[00:10:01.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Der gestresste Mensch kann seine Muskeln nicht mehr entspannen. Die sind angespannt.

[00:10:06.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, in dem die Muskeln angespannt sind, ist der Stoffwechsel der Muskeln nicht mehr gleich.

[00:10:13.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle, die schon Muskelkater hatten, wissen, wie stark das wehtut. Da lagern sich auch metabolische Stoffe in den Muskeln. Das tut wahnsinnig weh.

[00:10:27.690] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man Muskelkater hat, weiss man, warum man den Schmerz hat und der geht mit der Zeit wieder weg. Wenn man dauernd gestresst ist, dauernd unter Spannung, dann bleibt der Schmerz. Mit der Zeit verhärtet sich der Muskel. Wenn man zum Masseur geht, dann sagt er, dass die Muskeln wahnsinnig verspannt sind.

[00:10:46.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf dem Röntgenbild sieht man nichts. Die verspannten Muskeln sieht man nicht. Das ist eine zu feine Veränderung.

[00:10:55.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Augenblick, wo die Muskeln dauernd gespannt sind, geben die dauernden Zug auf die Sehnen. Die Sehnen setzen an den Knochen an und wenn die Sehnen dauernd unter Zug sind, dann fangen die auch an sich zu entzünden. Dann entzünden sich die Sehnenansätze.

[00:11:16.670] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann hat man nicht nur wegen dem Muskel Schmerzen, sondern auch wegen der entzündeten Sehne Schmerzen.

[00:11:24.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort gibt es auch schmerzempfindliche Sensoren, die sagen, das ist zu fest unter Spannung.

[00:11:33.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man nicht weiss, weshalb man sich anspannt, kann man diese Spannung nicht lösen.

[00:11:39.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann geht es weiter, die dauernde Anspannung der Muskeln, die Muskelschmerzen und Sehnschmerzen bei den Ansätzen der Knochen macht.

[00:11:49.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Muskeln dauernd angespannt sind, üben sie auch Druck auf die Gelenke aus. Dann können auch die Gelenke noch Schmerzen machen.

[00:12:00.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Am Anfang sieht man nichts im Röntgenbild. Innerhalb der Gelenke hat es eine Knorpelschicht, bei den Wirbeln und den verschiedenen Gelenken: Knie, Füße, Hände, etc.

[00:12:14.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Muskeln dauernd angespannt sind, kann die Knorpelschicht sich nicht mehr richtig regenerieren. Sie wird nicht richtig ernährt. Dann gibt es eine Abnutzung und schlussendlich hat man Arthrose.

[00:12:30.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wäre dann nicht mehr Somatoform, das sind dann somatische Schmerzen. Beginnen tut es oft mit diesen Verspannungen.

[00:12:39.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Menschen mit starkem Temperament, die auf Reize schnell reagieren, sehr sensibel sind, sehr verletzlich sind, die machen schneller Verspannungen.

[00:12:55.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Die können oft auch nicht so Fabrikarbeiten machen, bei denen man immer das Gleiche machen muss. Wenn man den ganzen Tag am Computer sitzt oder an einem Fließband arbeitet, dann kann es in den Schultern, überall Muskelverspannungen geben.

[00:13:11.940] - Dr.med. Ursula Davatz

So nervöse Menschen, ich sage jetzt einfach nervöse Menschen, die verspannen sich schneller.

[00:13:19.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Die sind dauernd unter Strom. Sie haben dann auch eher sogenannte somatoforme Schmerzstörungen.

[00:13:29.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Was es weiter machen kann, wenn man dauernd angespannte Muskeln hat, dann kann es auch Sehnencheidenentzündungen geben und Schleimbeutelentzündungen.

[00:13:43.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Muskeln sind zum Teil über Schleimbeutel abgepolstert. Das ist eine Gleitmasse, die Beweglichkeit garantiert. Wenn die dauernd unter Stress oder Druck sind, kann es dort auch eine Entzündung geben.

[00:14:03.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald man all diese Dinge hat, hat man somatische Schmerzen.

[00:14:08.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele Menschen mit Somatoformen Schmerzstörungen machen auch die andere Schmerzen. Der Arzt bleibt oft bei den Somatoformen Schmerzstörungen und übersieht dann die Schleimbeutelentzündung.

[00:14:22.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte eine Frau, sie war hypernervös und ihr hat man Schmerzstörungen diagnostiziert. Die Schleimbeutelentzündung hat man dann verkannt. Die hat man nicht gesehen.

[00:14:36.650] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne versuche ich Ihnen eine medizinische Lektion zu geben um zu sagen, wie das Ganze funktioniert.

[00:14:46.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Muskelschmerzen können enorm weh tun. Wenn man weiss, dass es Muskelkater ist, dann stört es einem nicht. Dann weiss man es. Wenn man es nicht weiss, woher es kommt, ist es sehr unangenehm.

[00:15:06.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kommt man leicht in einen Teufelskreis. Man hat den Schmerz, der Muskel verspannt sich. Wegen dem Schmerz verspannt man sich noch mehr.

[00:15:17.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Nackenregion, ist eine Region, die man oft verspannt. Das ist ein Angstreflex. In der Angst zieht man die Schultern nach oben. Am Schluss ist hier alles wie Beton.

[00:15:31.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Masseur sagen dann, was los ist mit ihnen, sie sind ja wahnsinnig verspannt.

[00:15:37.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Die verkrampten Muskeln merkt der Arzt, oft nicht. Oft schaut er sie auch nicht an. Man muss eine spezielle Ausbildung haben, damit man sich besser auskennt bei den Muskeln.

[00:15:51.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Physiotherapeuten und Masseur merken das sofort. Sie können einem in dem Sinne auch sagen, wie es einem geht anhand seines Muskel-Skelett-Systems.

[00:16:03.210] - Dr.med. Ursula Davatz

In den Röntgenbildern sieht man nichts, darum sagt man Somatoforme Schmerzstörungen.

[00:16:14.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Schmerz wird ins Soma, in den Körper projiziert. Aber eigentlich ist keine Ursache da.

[00:16:22.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Was man oft antrifft, ich habe das auch bei Ausländern gesehen, Italiener, Türken, Spanier, Griechen vielleicht noch.

[00:16:34.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Bauarbeiter sind und die viel arbeiten müssen, wenn sie über ihre Leistungsfähigkeit arbeiten, also wenn man mehr Gewicht hält, als der Muskel eigentlich tragen mag, dann fängt sich der Muskel auch an zu verspannen, dann wird er insuffizient und dann gibt es einen Schmerz.

[00:17:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn jetzt noch ein Unfall passiert und oft ist es nach einem Unfall, dass so etwas auftritt, dann projiziert sich der ganze seelische Schmerz auf diesen Unfall hoch und dann erholen sich die Schmerzen nicht.

[00:17:20.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann bleiben diese einfach krank und voller Schmerzen. Dann hat man gesagt, man muss sie so schnell wie möglich wieder an die Arbeit zurückbringen, sonst werden sie chronisch krank und brauchen schlussendlich eine IV.

[00:17:37.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber man kann sie nur so schnell wie möglich an die Arbeit bringen, wenn man ihre Situation versteht.

[00:17:44.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sage ich, es gibt hinter einem chronischen Schmerz, muss man den psychosozialen Hintergrund, hinter dem Schmerz, der eigentlich vom Unfall her schon lange wieder gut sein sollte, muss man genauer anschauen.

[00:18:00.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Sagen wir es ist ein Gastarbeiter, der gut Geld verdient hat im Bau. Er baut zu Hause in seinem Land ein Haus. Dann gibt es einen Unfall. Dann kann er nicht mehr Geld verdienen. Die Familie kann nicht mehr davon leben. Er fühlt sich je nachdem von seinem Vorgesetzten noch schlecht behandelt, also nicht verstanden. Der Unfall ist passiert, weil noch irgendeine andere Belastung da ist. Dann gibt es vielleicht noch ein Problemkind und dann können die Schmerzen nicht mehr gut werden, weil man den psychosozialen Hintergrund nicht auflösen kann.

[00:18:38.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Ursachen der Schmerzen habe ich so ein wenig erklärt. Über die Verspannung, die immer über Stress geschieht.

[00:18:50.660] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne kann man nie nur den körperlichen Schmerz anschauen und den körperlichen Zustand, sondern man muss immer auch den psychosozialen Hintergrund, die Lebensgeschichte und die Lebenssituation anschauen, damit man versteht, warum seine Schmerzen nicht besser werden.

[00:19:08.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann sagen, er simuliert, aber nein, der Körper sagt einfach, dass etwas nicht richtig läuft. Das Leben dieses Menschen läuft nicht richtig.

[00:19:23.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ganz wenige, die herausgefunden haben, dass man es simulieren kann, die sich zum Teil auch IV Renten so erschlichen haben, aber es ist ganz sicher nicht der grösste Teil der Patienten.

[00:19:40.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss nach Stressursachen suchen, Leistungsstress und seelischer Stress. Der Leistungsstress kann dadurch entstehen, dass man schneller arbeiten sollte, als man das eigentlich kann.

[00:19:57.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Der seelische Stress entsteht, wenn man sonst noch andere Probleme hat oder sich am Arbeitsplatz schlecht behandelt fühlt, nicht ernst genommen fühlt, von seinen Kollegen gemobbt fühlt etc.

[00:20:13.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich solche Leute in Behandlung bekomme, suche ich als Psychiaterin nach psychosozialen Stressursachen und versuche, diesen Leuten eine bessere Konfliktlösung und Stressbewältigungsstrategie beizubringen, damit ihr Stress nicht immer in ihr Körper, in ihr Muskel Skelett System geht.

[00:20:39.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Je nachdem muss man auch Lebensveränderungen machen, Umstandsveränderungen. Das ist natürlich nicht Ihr Auftrag.

[00:20:48.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Was sie dürfen, also ich sage ja, der Körper kann nicht lügen, da kann man dann so in die Symbolik gehen.

[00:21:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ja den Spruch, es geht um Rückenschmerzen. Was bricht Ihnen den Rücken?

[00:21:06.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage immer, ja, Rückenschmerzen hat man, wenn man Sorgen in der Nacht nicht los wird. Man kann dann nicht entspannen.

[00:21:16.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Zum Beispiel Geldsorgen, die gehen nicht weg in der Nacht. Oder Sorgen mit einem Kind oder Partnerschaftsprobleme, die gehen alle nicht weg.

[00:21:26.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie dürfen Fragen stellen. Was bricht den Rücken?

[00:21:32.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Welche Hexe? Man spricht ja von Hexenschuss.

[00:21:34.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist dann immer eine Bandscheibenangelegenheit. Die Bandscheibe wird verdrückt oder herausgedrückt, weil die Muskeln sich nie entspannen.

[00:21:47.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Was ich auch immer antreffe bei Somatoformen Schmerzstörungen, ist eine Kränkung, eine psychische Kränkung, eine Verletzung. Eine Überforderungssituation und eine ungerechte Behandlung.

[00:22:04.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bringe noch ein Fallbeispiel. Das war eine junge Frau. Sie hat schon zu Hause in ihrem Heimatland, aus dem Balkan sehr unter ihrem Vater gelitten. Sie hatte eigentlich Kurzsichtigkeit, aber der Vater fand, dass seine Tochter keine Brille braucht und hat die Brille zertreten, sodass sie nicht an die Tafel sah. Er schlug die Mutter ab, er hat die Frau abgeschlagen. Sie mussten manchmal draussen übernachten, wenn der Vater betrunken und verrückt war auf seine Familie. Auf jeden Fall, sie flüchtete mit 20 in die Schweiz, heiratete und arbeitete in einer Fabrik. Sie hatte eine Vorgesetzte, mit der sie es gut konnte und auch ein wenig sprechen konnte. Dann wechselte die Vorgesetzte. Dann kam eine Schweizerin. Oder vielleicht auch eine andere. Ich weiss es nicht. Auf jeden Fall fühlte sie sich von der Person gedrückt. Dann verkrampfte sie sich und bekam Schmerzen. Sie ging zum Arzt und liess sich zwei Wochen krank schreiben, weil sie so Schmerzen hatte und nicht mehr arbeiten konnte. Nach zwei Wochen musste sie wieder arbeiten gehen, aber die Schmerzen gingen nicht weg. Alle ihre Verletzungen und Kränkungen waren nicht gelöst. Der Schmerz hat sich immer mehr verstärkt. Schlussendlich musste einen IV Rente bekommen. Als ich sie zum ersten Mal sah, hatte sie überall Schmerzen. Sie war nicht mehr verkrampft, sondern ganz schlapp, aber überall am ganzen Körper hatte sie Schmerzen. Am Anfang hat sie nicht

gesprächen, jetzt kann ich mit ihr über alles sprechen. Sie ist auch eine Person, die sich schnell aufregt, schnell ärgert und dann so impulsiv wird.

[00:24:25.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie wird zum Teil sogar noch ein bisschen psychotisch. Emotionale Schmerzen gehen in den Kopf und in den Körper. Man kann beides haben. Man konnte sie nicht mehr rehabilitieren. Aber mindestens können wir jetzt darüber reden, was der Vater alles Böses gemacht hat.

[00:24:45.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte eine andere, eine Griechin. Die ist nur ein bisschen gestürzt, hat ihr Knie aufgeschürft und die hat irgendwie so Angst bekommen, dass sie sich nicht mehr bewegt hat.

[00:24:56.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Am Anfang auch Somatoforme Schmerzstörungen, sie hat sich nicht mehr bewegt, mit der Zeit sind die Muskeln zurückgegangen etc. und sie hat auch eine IV Rente gebraucht.

[00:25:07.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Also es gibt einige, die schlussendlich bei einer IV Rente landen und sie haben vielleicht auch schon solche. Es geht immer um dasselbe. Es geht immer darum, dass man die Geschichte herausfinden muss, die Stressursachen, die Verletzungen, die Überforderungen, ungerechte Behandlungen etc. probiert dann diese aufzuarbeiten.

[00:25:30.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn der körperliche Zustand schon ein gewisses Mass erreicht hat, also wenn der sich schon chronifiziert hat, dann hat man am Schluss dann wirklich chronische Schmerzen und bringt sie nicht mehr weg. Auch wenn man ihnen die IV Rente wegnimmt und sagt, sie können jetzt einfach wieder arbeiten, indem man einfach das Geld wegnimmt, werden sie natürlich nicht gesund.

[00:25:54.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt einige wenige, die versuchen, die Versicherung zu betrügen, aber wie gesagt, das ist die Minderzahl.

[00:26:03.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wären so meine Ausführungen und jetzt dürfen Sie mir gerne Fragen stellen.

[00:26:18.180] - Bemerkung 1

Sie haben gesagt, dass Sie noch mit den Leuten angeschaut haben, dass sie Lebenssituationen oder Lebensverhalten zu ändern oder anpassen, damit es zu einer Genesung kommen kann. Können Sie da ein paar Beispiele bringen? Es würde mich interessieren, was man da für Ansätze nehmen kann.

[00:26:42.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht stark ins therapeutische rein. Ich habe eine Frau, die hat auch Somatoforme Schmerzstörungen. Sie hat auch eine IV Rente.

[00:26:51.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine sehr sensible, sehr nervöse Frau. Sie wollte immer aus ihrem Mann einen anderen Menschen machen. Dass er sensibler ist, besser auf sie reagiert, etc.

[00:27:09.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wissen Sie vielleicht auch, wenn man einen Menschen ändern will, wenn man seinen Partner ändern will, dann läuft man gegen die Wand, kämpft mit Windmühlen, das ist eine hoffnungslose Angelegenheit.

[00:27:22.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann eigentlich nur sich ändern und nicht den Partner. Sie kam dann mit der Zeit so weit, dass sie gesagt hat... Wie hat sie es jetzt gesagt? Sie hat gesagt, sie gehe nicht mit ihrem Mann in die Ferien, sondern mein Mann geht in die Ferien und sie geht auch in die Ferien.

[00:27:45.810] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie hat gedanklich versucht, sich von diesem Mann loszulösen, damit sie nicht immer die Erwartungen hat. Bei vielen Somatoformen Schmerzstörungen, sind Erwartungshaltungen dahinter, die man nicht hinbekommt. Häufig sind das auch Frauen, dass Frauen meinen, sie könnten etwas ändern, entweder bei den Kindern oder beim Partner, was einfach nicht geht. Also falsche Erwartungshaltungen auflösen, ist etwas ganz Wichtiges.

[00:28:18.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssten mir wahrscheinlich noch ein Beispiel geben, damit ich meine Kunst ausüben kann.

[00:28:30.000] - Bemerkung 2

Ich habe das auch schon erlebt, dass man irgendwo loslassen kann. Ich habe ein Beispiel. Ich hatte vor längerer Zeit eine Chefin. Ich wollte mit allen Mitteln der Chefin ein Lob abgewinnen. Eine Erwartungshaltung und es war nicht möglich, bis zu dem Punkt wo ich gemerkt habe, sie kann das gar nicht. Ich habe dann gemerkt, dass ich ihr gar nicht gefallen muss. Ich mache einfach meine Arbeit und löse mich von dieser Vorstellung. Dann ging alles viel besser.

[00:29:27.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein sehr gutes Beispiel. Man hat die Erwartung an einen Menschen, der das gar nicht kann. Solange man mit dieser Erwartung lebt, rennt man immer gegen die Wand. Man muss sich von etwas

lösen können. Verspannte Muskeln sagen einem, dass man irgendwo loslassen muss. Man muss nur herausfinden, wo.

[00:29:52.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Das haben sie offensichtlich erreicht, sie brauchen das gar nicht. Ich habe Freude an meiner Arbeit. Als sie sie gefragt haben, haben sie gemerkt, sie hat das gar nicht so gesehen. Danke für das Beispiel.

[00:30:22.040] - Bemerkung 3

Wenn jemand zu ihnen kommt, welche Fragen haben Sie um auf den Grund, in welche Richtung das gehen könnte? Haben Sie da gewisse Anhaltspunkte, sie fangen ja auf der grünen Wiesen an.

[00:30:45.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt. Ich mache ein Genogramm, ein Familiendiagramm. Dann sehe ich, ob es ein Jüngster oder ein Mittlerer ist, ob er Geschwister hat, wie die Eltern sind. Ich frage Dinge zu den Eltern.

[00:30:58.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich frage oft auch zu den Erwartungshaltungen der Eltern. Das mache ich in einer Stunde.

[00:31:08.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich suche dann immer nach Mustern, also Pattern Recognition. Ich habe relativ viel Übung, diese Muster herauszufinden. Aber ich gehe relativ breit. Ich sage den Kunden immer, dass ich zuerst die Familiengeschichte frage und dann kommen wir zum Problem.

[00:31:27.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ich dann erst in den letzten 10 Minuten zum Symptom komme, dann versuche ich zu schauen, wie das Symptom in die Geschichte passt.

[00:31:36.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage ja dann, jedes Symptom, jedes körperliche, jedes psychische Symptom hat eine Aussagekraft innerhalb dieses Systems, also kann man beziehen auf das System.

[00:31:50.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann versuche ich, so wie in einer Metapher herauszufinden, und in der Systemtherapie wird das offiziell auch so gemacht, was das Symptom in diesem System zu diesem Zeitpunkt sagen will?

[00:32:04.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Was es zum Ausdruck bringen will. Ich habe ja vorher gesagt, der Körper kann nicht lügen, der Kopf kann sehr wohl lügen. Mit dem Intellekt können wir alles mögliche erzählen, aber der Körper sagt dann oft, das stimmt nicht, da ist ein Problem.

[00:32:21.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit dem Intellekt können wir auf das Problem hinweg spielen und so tun, als ob nichts wäre und der Körper sagt dann, nein, das stimmt nicht.

[00:32:34.870] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne versuche ich dann auch den Körper zum Reden zu bringen. Also ich versuche das zu interpretieren.

[00:32:46.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Gehen wir mal zu den Rückenschmerzen. Professor Bert Hellinger hat dann gesagt, die Leute müssen sich tief verbeugen.

[00:32:52.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Rücken kann auch ein falscher Stolz sein. Also wenn man stolz kämpft, und Rückenschmerzen, also der Rücken wird angespannt in der Kampfsituation.

[00:33:05.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe vorhin gesagt, wenn man mit jemandem streitet, sitzt man nach vorne, spannt den Rücken an.

[00:33:11.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man gegen jemanden kämpft, gegen den man nicht gewinnen kann, weil der einfach oben dran ist oder stärker ist, dann gibt es eine Verspannung und das ist dann ein falscher Stolz.

[00:33:22.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum ist die Vorstellung von Professor Bert Hellinger, man müsse sich dann tief beugen, macht eigentlich noch Sinn, man kann sich nur verbeugen, wenn man den Rücken loslässt. Sonst geht es gar nicht.

[00:33:45.720] - Bemerkung 4

Sie haben zwei Mal Professor Bert Heninger genannt. Können Sie das Buch von ihm empfehlen? Sie haben auch noch Muster genannt. Sie gehen einem Muster nach. Gibt es da Literatur mit der man sich beschäftigen kann?

[00:34:05.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist ein Mediziner und das Buch geht nicht nur auf Somatoforme Schmerzstörungen ein. Es heisst "Krankheit oder die Angst vor dem Partner" von Bernd Frederich.

[00:34:27.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Er ist ein somatischer Mediziner, der auch systemische Ausbildung gemacht hat und dann das alles so ein bisschen angeschaut hat.

[00:34:38.920] - Dr.med. Ursula Davatz

An sich kann man bei jeder Erkrankung, klar, es gibt immer Erreger und solche Sachen, aber bei jeder Erkrankung kann man immer schauen, wie passt das ins Leben rein und was will die Krankheit aussagen?

[00:34:50.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Volksmund hat es oft auch noch gute Ausdrücke. z.B.: es hat einem etwas den Rücken gebrochen. Mit Rücken brechen versteht man den Stolz gebrochen oder nicht? Oder verstehen Sie es anders? Was hat dir den Rücken gebrochen? Das geht doch an den Stolz, oder?

[00:35:13.560] - Bemerkung 4

Ich danke schon, ja.

[00:35:14.530] - Dr.med. Ursula Davatz

In dem Sinn sind im Volksmund, man kann immer im Volksmund suchen.

[00:35:22.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte einmal eine Patientin, ein Ehepaar in Behandlung, und sie hatte eine psychische Störung und als es ihr besser ging, hatte der Mann Knieschmerzen.

[00:35:34.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat die Knie aufmachen lassen, man hat nichts gefunden.

[00:35:42.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Er ist so erschrocken über die Veränderung seiner Frau, die auf einmal eigenständig wurde, dass er auf einmal stecken geblieben ist und nicht mehr weitergekommen ist.

[00:35:55.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Frau hat sich vorher beschrieben, ich fühle mich wie ein Vorleger, also wie ein Teppich vor seinem Bett. Er kann einfach seine Füße darauf abputzen.

[00:36:06.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Als sie stark wurde, bekam er Knieschmerzen.

[00:36:10.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, die Symptome können auch in der Familie herumgehen, wenn einer etwas verändert, dann kann plötzlich jemand anderes ein Symptom erhalten.

[00:36:20.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das System sich nicht positiv verändert, wenn irgendwo ein Problem weggeht, dann taucht es an einem anderen Ort wieder auf.

[00:36:31.390] - Bemerkung 4

Danke.

[00:36:32.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Haben sie sonst jemanden, der irgendwelche Schmerzen hat?

[00:36:45.770] - Bemerkung 5

Ich habe mich selbst, der immer wieder Mal Rückeschmerzen hat. Ich habe mir jetzt verschiedenes überlegt aber ich bin noch nicht soweit gekommen.

[00:36:57.510] - Dr.med. Ursula Davatz

Lassen Sie sich ein wenig Zeit, es eilt nicht. Gut Ding will Weile haben. Nicht zu viel Ehrgeiz.

[00:37:09.630] - Bemerkung 6

Ich habe einen Klienten, er hat Rückenschmerzen, der Klassiker. Er war bei ein paar Hausärzten, die finden nichts. Er ist dann immer enttäuscht und kommt immer zurück und sagt, er hat nichts gefunden und geht zum nächsten Spezialisten. Für mich ist es schwierig, weil ich nicht weiss, wie ich ihm mit dem begegnen soll. Wenn ich ehrlich mit mir selber bin, denke ich, er hat nichts. Aber das sage ich ihm natürlich nicht so. Wie kann ich unterstützend wirken um ihm aufzuzeigen, dass es vielleicht etwas ist wo der Ursprung psychisch ist? Er ist in seinen Gedankengängen festgefahren und ziemlich stur. Schwierig belehrbar.

[00:37:46.210] - Dr.med. Ursula Davatz

Welche Nationalität hat er?

[00:37:59.700] - Bemerkung 6

Er ist Schweizer.

[00:38:06.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Aber stur, sagen Sie. Was hat er für eine Arbeit?

[00:38:13.980] - Bemerkung 6

Er arbeitet bei uns im Allround Service, wie ein Hauswart.

[00:38:18.200] - Dr.med. Ursula Davatz

In welcher Situation lebt er?

[00:38:22.940] - Bemerkung 6

Er hat einen angepassten Arbeitsplatz und hat nicht viel Geld. Er hat eine Frau und ein kleines Kind.

[00:38:33.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Und die Frau? Arbeitet die?

[00:38:35.560] - Bemerkung 6

Die arbeitet nicht.

[00:38:36.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat ein kleines Kind. Sie müssen keine Psychotherapie machen, aber sie können einfach menschlich sein. Sie könnten sagen, dass man sich vorstellen kann, dass viele Väter überfordert sind, wenn ein Vater ein kleines Kind bekommt. Die Frau hat einfach von der Natur her ihre natürliche Aufgabe.

[00:39:03.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist einerseits eine Freude, aber man ist auch immer belastet.

[00:39:12.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann könnte man fragen, wovor er Angst hat. Hat er Angst, dass er nicht genügend Geld für die Familie verdienen kann, dass es nicht reicht?

[00:39:20.450] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann nach der Angst fragen. Man kann nach Sorgen fragen. Was macht dir die grössten Sorgen?

[00:39:25.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe vorhin gesagt, Geldsorgen die gehen in der Nacht nicht weg. Das gibt Rückenschmerzen.

[00:39:34.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann können sie das, was ich ihnen vorher gesagt habe, also jeder weiss, dass Muskelkater wahnsinnig wehtut und verspannte Muskeln, der Arzt sagt, er habe nichts. Er soll zum Masseur gehen und der soll seine Muskeln berühren oder der Physiotherapeut.

[00:39:53.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Der kann dann sagen, ja, deine Muskeln sind ganz verspannt und das tut weh. Verspannte Muskeln tun weh. Aber der Arzt sieht das nicht und meistens lässt er vielleicht einfach ein bisschen bewegen und so. Aber er tastet die Muskeln nicht ab, ob die verspannt sind.

[00:40:10.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat garantiert verspannte Muskeln.

[00:40:18.730] - Bemerkung 6

Die Hausmedizin behandelt das Problem in dem Sinn nicht?

[00:40:25.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Oft nicht nein. Er müsste zu einem Pysiotherapeuten gehen. Das ist die Kinesiologie. Kinesiologen arbeiten mit Themen und schauen, ob sie ein Thema haben. Sie betasten die Muskeln und sehen, ob das Thema einen verspannt macht. Sie kennen sich in dem aus.

[00:40:46.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Schulmediziner geht nicht so fest auf die Muskeln ein, sei denn er sei Rheumatologe.

[00:40:52.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man verspannte Muskeln hat, schickt er einem auch zum Physiotherapeut.

[00:40:58.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich würde ihn mal zum Physiotherapeut schicken. Denn der Physiotherapeut hat mit seinen Händen ein viel besseres Verständnis für all die Muskeln. Der spürt das gerade. Der kann ihm je nachdem auch Übungen geben oder sagen, wie man es machen muss, damit man die entspannen kann.

[00:41:17.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Zu einem neuen Arzt bringt es nichts.

[00:41:19.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich meine, Sie haben festgestellt, er ist ein wenig stur. Diese Sturheit hat er natürlich auch in den Muskeln.

[00:41:32.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf nicht sagen, er hat nichts. Er hat einfach sture, verspannte Muskeln oder durch seine Sturheit verspannte Muskeln. Man kann verspannte Muskeln haben durch die Sturheit. Man kann verspannte Muskeln haben, weil man immer die gleiche Bewegung machen muss und es eigentlich nicht gut kann.

[00:41:50.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Pianospieleer muss immer wieder Entspannung haben, ein Geigenspieler. Alle Musiker müssen ihre Muskeln immer wieder entspannen können, sonst können sie nicht gut spielen.

[00:42:01.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei uns normalen Leuten ist das nicht so wichtig, aber die Schmerzen sind natürlich trotzdem da.

[00:42:08.830] - Bemerkung 6

Danke.

[00:42:13.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Sein Stolz, der verletzte Stolz der wird natürlich jedes Mal verletzt von einem Arzt, der sagt, du hast nichts. Er hat etwas.

[00:42:23.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Da sieht man wieder unsere Medizin. Nur wenn man grobe Sachen sieht, dann hat man etwas. Wenn man einen seelischen Schmerz hat, dann ist das nichts.

[00:42:33.250] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage dann auch immer, wir Psychiater wir arbeiten nicht, wir sprechen nur.

[00:42:38.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle Leute, die psychiatrische Probleme haben, das ist nichts. Er hat etwas und die Muskeln sind verspannt.

[00:42:45.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich würde ihn mal zum Physiotherapeut schicken. Der soll ihn mal durch untersuchen. Der hat ihm wahrscheinlich bessere Ratschläge.

[00:43:05.370] - Bemerkung 7

Wenn sie sagen er soll zum Physiotherapeut gehen, ist das ja auch eine körperliche Behandlung aber wenn hinten dran ein seelisches Problem ist, müsste man das vertiefter angehen. Was denken sie?

[00:43:14.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Das stimmt, das müsste man. Aber mindestens kann der Physiotherapeut die verspannten Muskeln wahrnehmen.

[00:43:23.150] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann hat er nicht einfach nichts.

[00:43:24.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle, die solche Schmerzen haben und dann gehen sie zum Arzt, dann müssen sie einem immer mehr beweisen, dass sie etwas haben.

[00:43:31.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie werden immer verspannter, verkrampfter und es chronifiziert.

[00:43:36.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja klar, das wurde schon gesagt, der ist ein bisschen stur. Dem könnte man auch direkt auf den Kopf zusagen, wenn man schon eine Beziehung hat mit ihm: Vielleicht musst Du lernen loszulassen.

[00:43:52.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Was ist es, das du so verkrampft festhält an den Sachen?

[00:44:02.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Therapeut muss natürlich dann mit ihm schauen, wo er überall in eine Sackgasse reinläuft.

[00:44:09.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich denke, er ist überlastet als Vater von einem kleinen Kind und als Alleinverdiener.

[00:44:17.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Wahrscheinlich ist eine Geschichte vorne dran.

[00:44:25.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich meine, das liegt auch in der Schweiz. Ein Mann darf keine seelischen Schmerzen haben. Ein Mann darf auch keine Angst haben. Frauen dürfen das gerade noch.

[00:44:36.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kann man ihm, wenn man sich getraut, sagen, was dich sonst belastet, was für Sorgen du hast. Ja, lass dir doch helfen in Bezug auf das.

[00:44:49.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Da muss man auch wieder von dem herkommen, Körper und Seele sind eine Einheit und die reagieren auf einander.

[00:45:01.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Vom Hirn her, das kann man beweisen, da gehen Signale in den Körper herunter und bewirken dann die Verspannungen.

[00:45:11.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Was kränkt dich?

[00:45:16.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann all diese Fragen stellen.

[00:45:17.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Das heisst nicht, indem man solche Fragen stellt, heisst das nicht, dass man nichts Körperliches hat. Du hast etwas Körperliches, aber die Ursache kommt von der Seele her.

[00:45:30.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Von dort kann man es wahrscheinlich besser angehen.

[00:45:38.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Ist so ein bisschen beantwortet?

[00:45:46.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht so viele Psychiater sind so versiert in körperlichen Schmerzen. Bei den Medizinern sind es dann, wie sagt man, Psychosomatiker. Da sagt man, von der Psyche geht es in seinen Körper (Soma).

[00:46:08.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt gar nicht so viele Psychosomatiker. Die werden auch ein bisschen belächelt von den festen somatischen Medizinern.

[00:46:17.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Link zwischen Körper und Seele ist in der Medizin gar nicht so gut vertreten.

[00:46:27.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Oft haben die Laien fast mehr Wissen über das als die Ärzte.

[00:46:32.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Psychiater wissen dann nicht mehr genug über den Körper. Somatiker wissen nicht genügend über die Seele. Dann fällt der Patient zwischendurch runter.

[00:46:45.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Da dürfen Sie gerne Fragen stellen und auch ihre Erfahrung einbringen.

[00:46:55.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie eine eigene Erfahrung einbringen, dann wirkt das natürlich für ihren Arbeiter viel weniger belastend oder bedrohlich, als wenn ein Arzt irgendetwas sagt.

[00:47:14.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Habe ich Sie befriedigt? Oder nicht ganz?

[00:47:16.380] - Bemerkung 7

Das hilft mir weiter, besten Dank!

[00:47:26.610] - Bemerkung 7

Gibt auch Personen, die den Schmerz nicht loslassen wollen weil sich alle um sie kümmern?

[00:47:40.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Da kommt man immer zu dem Begriff sekundärer Krankheitsgewinn.

[00:47:47.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich mag diesen Begriff nicht.

[00:47:48.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Da unterschiebt man auf eine Art dem Patienten etwas. Er würde willentlich den Schmerz behalten wollen, sonst bekommt er nicht all diese Aufmerksamkeit.

[00:48:03.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Schlussendlich wirkt das dann so. Ich operiere nicht gerne mit diesem Begriff. Ich sage eher, diese Leute können es anders nicht sagen. Die haben die Sprache nicht, die haben die Worte nicht dafür. In diesem Sinne müssen wir dann als Übersetzer funktionieren.

[00:48:24.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum kann man dann so eine Fragen stellen: Was hat dich gekränkt? Was bricht Dir den Rücken? Was hat dich verletzt?

[00:48:32.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann dann nach der Seele ganz normale Fragen stellen.

[00:48:37.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Je nachdem kann das vielleicht ein Aha Erlebnis geben.

[00:48:43.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn wir Psychiater oder Ärzte zu schnell aufs Seelische gehen, dann sagen viele Patienten: Aha sie meinen, ich würde es mir nur einbilden und es sei psychisch. Nein, ich habe wirklich Schmerzen.

[00:49:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Man darf eben nie sagen, es sei nichts. Das darf man nie sagen.

[00:49:04.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist ein Schmerz da. Ein verkrampfter Muskel macht einen Schmerz.

[00:49:11.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe einmal einen Workshop besucht, da gab es einen Jungianer, die haben dann gesagt, man solle das Symptom verstärken.

[00:49:22.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe ja vorher gesagt, ich suche nach Mustern und nach Interpretationen, was die Symptome innerhalb des Systems und im Leben von diesem Menschen sagen wollen.

[00:49:32.390] - Dr.med. Ursula Davatz

Da musste man das Symptom verstärken und wenn das Symptom verstärkt wurde, dann hat man eher gesehen, was dieser Mensch sagen will.

[00:49:46.230] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Sinne können sie auf den Schmerz eingehen? Wenn der noch stärker ist, was würde passieren? Dann müsste ich nicht mehr zur Arbeit gehen.

[00:50:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann wäre eigentlich die Frage, hast du deine Arbeit nicht gerne, möchtest du die eigentlich lieber loswerden, müsstest du kündigen?

[00:50:10.780] - Dr.med. Ursula Davatz

So kann man über den Schmerz dann zu einer Lösung kommen.

[00:50:15.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist auch eine Technik, welche die Systemtherapeuten zum Teil verwenden, dass sie das Problem, also die Symptomatik, das Symptom verstärken. Und was wäre dann?

[00:50:30.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann überspringt man den Bruchpunkt von Seele und Körper.

[00:50:40.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Man geht dann über die Verstärkung an das Ort hin, wo man sonst über die Seele hinkommen würde.

[00:50:51.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Kinder können auch nicht sagen, was sie seelisch stört.

[00:50:57.110] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben dann einfach Bauchweh oder Fusschmerzen oder irgendetwas. Dort muss man auch wieder herausfinden, was dahintersteckt.

[00:51:06.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss relativ erfinderisch sein und flexibel sein, um herauszufinden, was dahinter steckt.

[00:51:16.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald man die Haltung hat, Du willst nur Aufmerksamkeit, auch die Aufmerksamkeit will man ja, weil etwas geändert werden sollte.

[00:51:26.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Aufmerksamkeit an sich reicht nicht. Es müsste etwas geändert werden.

[00:51:34.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss an den Änderungspunkt kommen und nicht einfach das verurteilen.

[00:51:42.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald man sagt, er wolle nur Aufmerksamkeit, hört man schon eine Verurteilung.

[00:51:50.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Mensch Aufmerksamkeit will, fühlt er sich nicht gehört in dem Schmerz, den er selber hat. Er weiss es selber nicht, er kann es nicht sagen. Das muss man suchen.

[00:52:02.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist wie ein Vexierbild oder Metapher.

[00:52:07.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Gibt das ein bisschen Antwort darauf? Klar, es kann natürlich dann eine Gewohnheit geben.

[00:52:15.990] - Dr.med. Ursula Davatz

z.B. Ehepaare die miteinander streiten. Dann hat jeder immer sein Symptom. Dann, wenn er nicht mehr weiterkommt. Aber eigentlich ist man immer in einer Sackgasse, wenn man einen körperlichen Schmerz bekommt, anstatt etwas zu sagen.

[00:52:32.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Je nachdem, ist jemand mehr oder weniger geübt in seinen Schmerz auszudrücken. Der, der nicht geübt ist, kann es einfach nicht.

[00:52:43.440] - Dr.med. Ursula Davatz

So wie die Chefin nicht Lob geben konnte.

[00:52:47.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Gibt das ein bisschen Antwort darauf?

[00:52:54.160] - Bemerkung 7

Ja, danke.

[00:53:23.870] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn nicht, dann würde ich sagen, vielleicht war es eine Anregung für Sie, dass sie ein bisschen darüber nachdenken können. Machen Sie einfach diese Trennung nicht in Körper und Seele.

[00:53:37.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Dort, wo die Seele und das Maul nicht mehr sprechen können, dort spricht dann der Körper. Man muss ihn ernst nehmen.

[00:53:43.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Nehmen sie ihn selber ernst. Nehmen sie ihn bei ihren Mitarbeitern ernst und versuchen sie kreativ herauszufinden, was dahinter stecken könnte.

[00:53:53.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Wie gesagt, in den Volksweisheiten steckt schon sehr viel drin, in solchen Sprichwörtern.