

Rehabilitationsklinik Freihof Baden

Vortrag vom 16.6.98 über

Chronifikation, welche Rolle spielen psychosoziale Faktoren bei der Entwicklung eines chronischen Leidens?

U. Davatz

I. Einleitung

Körperlicher Schmerz hat die Funktion, ein akutes Geschehen im Körper zu kommunizieren, welches Aufmerksamkeit und besondere Behandlung benötigt. Schmerz ist also eine Art Warnsignal. Seelischer Schmerz, d.h. Schuldgefühle, Angst oder Wut haben die Funktion, einen seelischen Missstand zu kommunizieren, welcher eine beziehungs-mässige Veränderung benötigen würde, d.h. eine Veränderung im Bezugssystem, um diesen Missstand zu beseitigen.

Da seelischer Schmerz oft leichter übersehen oder unterdrückt und überspielt werden kann als körperlicher, wird der seelische Schmerz häufig transferiert in den Bereich des körperlichen Schmerzes im Sinne von psychosomatischer Erkrankung. Dieser Umlagerungsprozess geschieht auch häufig aus dem Grunde, weil körperlicher Schmerz salonfähiger ist als seelischer Schmerz, d.h. weil körperliche Krankheiten in der Gesellschaft besser akzeptiert werden als psychische.

Unter welchen psychosozialen Bedingungen besteht die Gefahr, dass ein körperlicher Schmerz, verursacht durch ein akutes Unfallgeschehen oder durch eine akute physische Krankheit, dazu verwendet wird, ein seelisches Leiden bzw. einen seelischen Notstand zu kommunizieren, so dass der dann chronifiziert werden muss, wenn die Botschaft nicht gehört wird?

II. Psychosoziale Stressfaktoren, welche die Chronifizierung eines körperlichen Schmerzes begünstigen können

Wenn körperlicher Schmerz nach einem Unfallgeschehen oder einer akuten Krankheit persistiert, obwohl körperlich gesehen die festgestellten Symptome

diesen Schmerz nicht mehr legitimieren bzw. erklären können, sollte der Patient nicht einfach als Simulant oder als Rentenbegehrender abgestempelt werden. Es sollte vielmehr nach zusätzlichen psychosozialen Stressfaktoren gesucht werden.

1. Stressfaktoren am Arbeitsplatz

- Konfliktsituationen mit Vorgesetzten oder Arbeitskollegen
- Überforderung bei der Arbeit seit längerer Zeit
- Unterforderung an der Arbeit, hat grössere Potentiale, die er nicht ausnützen kann
- Soziale Isolation am Arbeitsplatz, Sprachprobleme
- Drohende Kündigung, die schon lange gefürchtet wird wegen Umstrukturierung

2. Stressfaktoren in der Kernfamilie

- Chronischer Konflikt mit Ehepartner, wird häufig nicht zugegeben, muss deshalb indirekt herausgefunden werden
- Probleme mit einem kranken Kind
- Probleme mit einem pubertierenden Kind
- Allgemeine Erziehungsprobleme oder Schuldgefühle, den Kindern nicht genügend Eltern sein zu können (Doppelarbeiter, Schichtarbeiter)
- Finanzielle Sorgen, Kleinkredite, Schulden, Gelder, die ins Heimatland fließen
- Häuserbau im Heimatland, welcher zu sehr belastet

3. Stressfaktoren im erweiterten Familiensystem

- Finanzielle Unterstützung der kranken Eltern oder Geschwister aus Pflichtgefühl, damit verbundene Schuldgefühle
- Bezahlung von „Renten“ an Verwandte im Heimatland, im Sinne von Lösegeld, Abfindung dafür, dass man weggegangen ist, Phänomen des reichen Onkels in der Schweiz
- Ungelöste emotionale Konflikte mit Ursprungsfamilie, welche zur Auswanderung geführt haben, im Sinne von Auswandern unter Streit
- Alle diese Faktoren sollten kurz durchgecheckt werden und falls einer oder gar mehrere vorhanden sind, ist die Gefahr grösser, dass sich eine Chronifizierung des Schmerzes einstellt.

III. Praktisches Vorgehen bei Vorhandensein von psychosozialen Stressfaktoren

- Dem Patienten nicht versuchen beizubringen, dass diese eine Auswirkung auf seinen Krankheitsverlauf haben, also keine Belehrung.
- Vielmehr versuchen, diese Faktoren mit Sachhilfe und praktischem Rat anzugehen, ohne auf den Zusammenhang hinzuweisen.
- Allenfalls Einschalten von zusätzlichen Fachpersonen wie Sozialarbeitern, Sozialpsychiatern mit entsprechendem Auftrag.
- Die Überweisung soll jedoch nicht als Psychotherapie deklariert werden, sondern eher als Beratung oder zusätzliche Unterstützung oder eben Sachhilfe im Sinne von sachlicher Problemlösung. Der Patient will nicht als psychisch krank angesehen werden.
- Die Gesundheitsberaterinnen der Aargauischen Liga für Lungen- und Langzeitkrankheiten (ALLL) sind durchaus bereit, eine solche Aufgabe zu übernehmen.

Schlussbemerkung

Werden psychosoziale Stressfaktoren frühzeitig wahrgenommen bei der Behandlung eines akuten physischen Traumas, sollten sie so schnell wie möglich angegangen werden. Dadurch können viele unnötige körperliche Untersuchungen, die alle nur negative Befunde ergeben, unterlassen und somit viel Geld und Leid erspart bleiben und allenfalls sogar eine Chronifizierung verhindert werden. Das körperliche Schmerzsyndrom ist in einer solchen Situation nur Ausdruck von psychischem Schmerz, allerdings ohne entsprechende psychische Krankheit und soll deshalb auch als solcher interpretiert bzw. verstanden werden.

Wir Psychiater sind Ihnen gerne behilflich bei der Interpretation dieser psychosomatischen Symptome.

Da/kv/pw