

Statt des Eingriffs

Soll Psychosomatik Pflicht für alle Fachärzte werden?

An diesem Freitagnachmittag über den Dächern von Heidelberg erscheint die Welt der Ärzte und Patienten in Deutschland plötzlich ein bisschen heller und freundlicher. Unter Dachschrägen sitzen hier im Institut für medizinische Psychologie Ärzte unterschiedlicher Fachgebiete zusammen, durch das Fenster dringt das Zwitschern von Sittichen herein, die am Neckar heimisch geworden sind. Die Strategie, die hier vorgestellt wird, soll sich auf alle Fachgebiete anwenden lassen, und sie soll mit dafür sorgen, dass überflüssige Operationen, Korruptionsskandale, unzufriedene Patienten und vom Burn-out bedrohte Ärzte irgendwann eine weitaus geringere Rolle spielen, als es heute noch scheint.

Es ist das erste Symposium des vor einem Jahr neu gegründeten DPÄP, des „Dachverbands Psychosomatik und Ärztliche Psychotherapie in den somatischen Fachgebieten“. Die Veranstaltung ist ein Satellitensymposium des Kongresses für psychosomatische Medizin. Der DPÄP entstand aus einer Initiative der Vereinigung psychotherapeutisch tätiger Kassenärzte. Warum die Psychosomatik und damit die gleichzeitige Betrachtung körperlicher und psychischer Faktoren von Erkrankungen einen festen Platz in allen Fachgebieten erhalten sollte, erklärten in Heidelberg ein Orthopäde, eine Fachärztin für Augenheilkunde, eine HNO-Ärztin und ein Kinderarzt. „Einen gewissen Aufbruch“, registriert Marcus Schiltenswolf vom Uniklinikum Heidelberg in seinem Gebiet, der Orthopädie, und klingt dabei noch verhalten optimistisch. Der Kinderarzt und Neuropädiater Harald Tegtmeier-Metzdorf aus Lindau erklärt dagegen in seinem Vortrag, die sogenannten „neuen Morbiditäten“ bei Kindern – darunter chronische Erkrankungen wie Diabetes, bei denen psychische Faktoren eine Rolle spielen, aber auch psychische Erkrankungen – ebneten einer psychosomatisch orientierten Herangehensweise schon länger den Weg in der Kinderheilkunde: „Angesichts solcher Störungsbilder benötigt man als Tool die Gesprächsführung, deshalb öffnet sich der Berufsverband stark für die Psychosomatik.“

Schiltenswolf, der den Fachbereich Schmerztherapie des Departments Orthopädie in Heidelberg leitet, sieht in der Ergänzung seines Faches durch die Psychosomatik eine Lösung für viele Probleme, etwa die eklatante Zunahme von Operationen in Deutschland, die durch nichts zu erklären sei – außer durch die Entgelte, die chirurgische Eingriffe begünstigen. Eine Langzeitstudie zum Knieeschmerz habe etwa gezeigt, dass das Krankheitsbild Kniearthrose in der Bevölkerung abgenommen, der Knieeschmerz aber um 65 Prozent zugenommen habe. Diese Entwicklung sei darauf zurückzuführen, dass man offenbar somatisch-medizinische Lösungen anbiete, um Ängste – etwa vor dem Alterwerden – zu beruhigen. Schiltenswolf plädiert dafür, in der Orthopädie den Hintergründen von Schmerz nachzugehen und Spontanverläufe zuzulassen. Die Augenärztin Gabriele Emmrich aus Darmstadt stellt in Heidelberg primär psychisch bedingte Augenleiden wie Dunkelsehen, Fleckensehen, Juckreiz und Brennen vor. Viele Patienten benötigen die klare Versicherung, dass körperlich keine Augenerkrankung vorliegt. „Häufig werden nur Tropfen verschrieben, dabei bräuchte man Aufklärung.“ Zudem sind gerade wenn die wichtige Fähigkeit des Sehens bedroht ist, reaktive Störungen häufig: Depressionen bei älteren Menschen, die nicht mehr lesen können, und Ängste, weil viele Menschen den Verlust des Jobs befürchten, wenn sie merken, dass ausgerechnet die Augen erkrankt sind.

Astrid Marek von der Ruhr-Universität Bochum, die Leiterin der bislang einzigen deutschen Abteilung für Psychosomatik in der Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, verdeutlicht die Wichtigkeit psychosomatischer Fragestellungen am Beispiel des Tinnitus, eines Phantom-Tons im Ohr. Marek nutzt die kognitive Verhaltenstherapie, um die psychische Belastung durch Tinnitus zu reduzieren. Auch Marek spricht von einer „gewissen Öffnung“ ihres Fachgebietes, der Hals-Nasen-Ohrenheilkunde, zur Psychosomatik. Dennoch ist die Einrichtung in Bochum noch die einzige ihrer Art in Deutschland. Und Heidelberg ist die einzige Universität, an der Assistenzärzte in der Orthopädie mit psychosomatischer Medizin konfrontiert werden – Marcus Schiltenswolf sorgt dafür, dass sie sich damit befassen, wenn sie in seiner Abteilung arbeiten.

Das Curriculum „Psychosomatische Grundversorgung“ in die Weiterbildungen aller Fachgebiete verpflichtend aufzunehmen, ist eine der Kernforderungen des neuen DPÄP. Bislang ist die Psychosomatik nur Bestandteil der Assistenzzeit in der Gynäkologie und der Allgemeinmedizin. Die DPÄP-Versammlung war sich einig, dass die psychosomatische Medizin nicht nur den Patienten nütze, sondern auch Ärzten nach vielen Berufsjahren die Möglichkeit biete, einen neuen Behandlungsbereich zu finden. Das könne oftmals entscheidend für die langfristige Berufsmotivations sein. CHRISTINA HUCKLENBROICH

Irdische Strahlungsgürtel zeigen sich kurz mit drittem Kranz

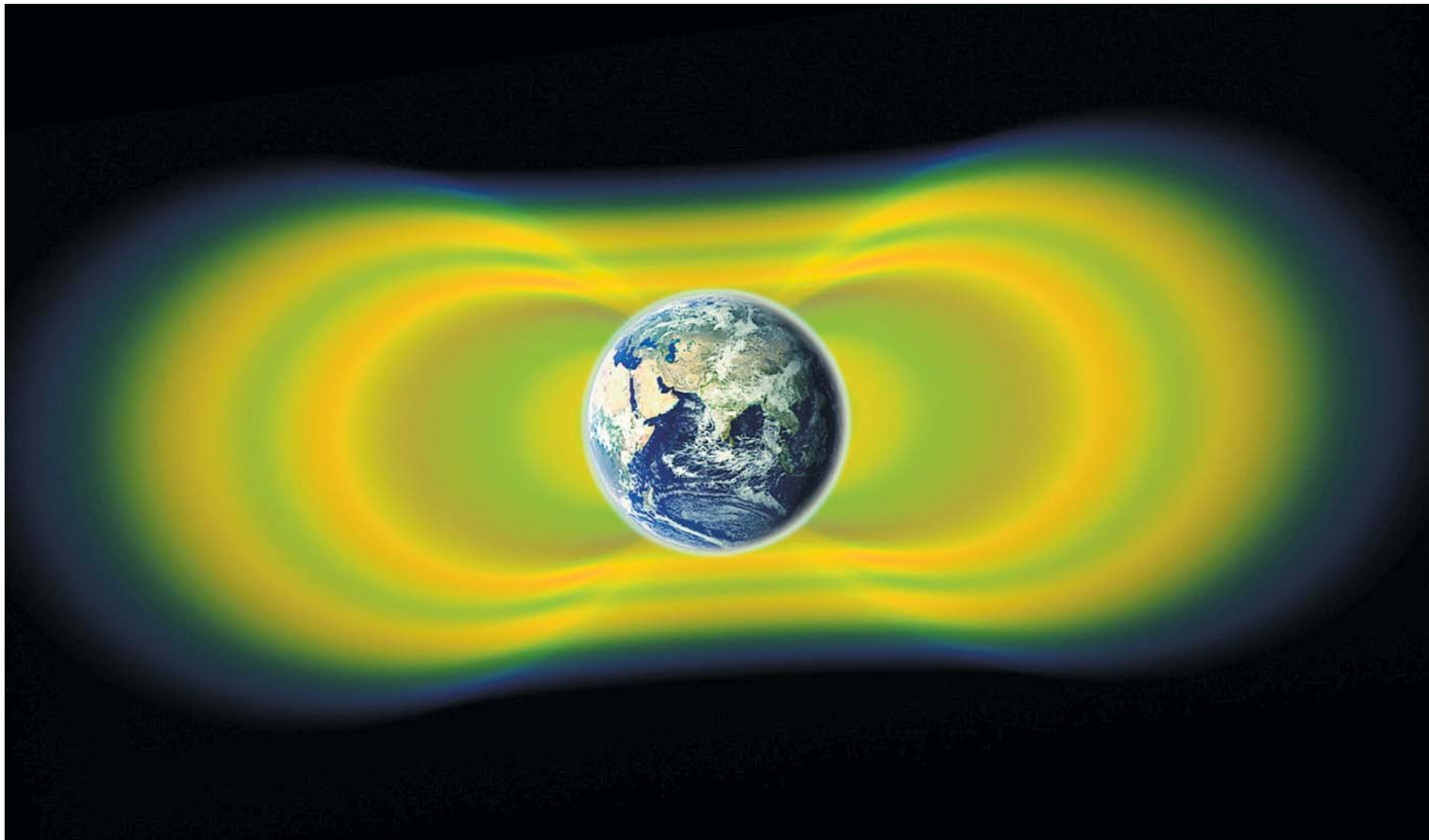


Illustration der Van-Allen-Gürtel: Der kürzlich beobachtete dritte Gürtel ist schwach rötlich in den Randbereichen zu erkennen.

Foto Nasa

Obwohl mittlerweile gut erforscht, gibt es zwischen der Erde und dem Mond offenkundig noch immer „weiße Flecken“ unbekanntem Terrains. Das mussten Weltraumforscher um Dan Baker von der University of Colorado in Boulder feststellen, als sie im Herbst vergangenen Jahres mit zwei Raumsonden den sogenannten Van-Allen-Strahlungsgürtel erkundeten, um den Einfluss der darin gefangenen Partikel des Sonnenwindes auf das Weltraumwetter genauer zu erforschen. Dabei sind sie auf einen zuvor nie erfassten dritten Strahlungsgürtel gestoßen, bevor dieser sich vor ihren Augen wieder auflöste.

Die Entdeckung der Van-Allen-Strahlungsgürtel war 1958 das erste wissenschaftliche Ergebnis des Satelliten Explorer-1, mit dem die Vereinigten Staaten den Sputnik-Schock zu überwinden versuchten. Mit einem einfachen Strahlungsmessgerät an Bord des kleinen Satelliten hatte James van Allen, Astrophysiker von der University of Iowa, diese krantzförmigen Bereiche aufgespürt, in denen von außen anströmende energiereiche Teilchen

des Sonnenwindes vom Erdmagnetfeld abgehalten und gleichsam zwischengelagert werden.

Die weitere Erkundung dieser Zone jenseits der Erdatmosphäre zeigte damals, dass die Elektronen geringer und mittlerer Energie bereits weit draußen, in einer Höhe zwischen 15 000 und 30 000 Kilometern, umgelenkt werden. Dagegen können die massereichen Atomkerne (Ionen) ebenso wie energiereiche Elektronen trotz des abschirmenden Erdmagnetfeldes weiter nach innen, bis in Höhen zwischen 700 und 3000 Kilometern, vordringen. Da energiereiche, elektrisch geladene Teilchen von einem Magnetfeld auf Spiralbahnen längs der Magnetfeldlinien gezwungen werden, müssen sie nach den Regeln der Elektrodynamik Strahlung aussenden. Mit dem Van-Allen-Gürtel vergleichbare Strahlungsgürtel wurden auch beim Jupiter und bei Saturn beobachtet, die beide über noch stärkere Magnetfelder als die Erde verfügen.

Im Laufe der Jahre wurde deutlich, dass die Van-Allen-Strahlungsgürtel eine wichtige Rolle innerhalb des sogenannten

Weltraumwetters spielen, das die Einflüsse der Sonne und ihrer Aktivitäten auf die Erde beschreibt. Weil unsere technisierte und immer umfassender computerisierte Zivilisation den Einflüssen der Sonne zunehmend stärker unterliegt, startete die amerikanische Weltraumbehörde Nasa im vergangenen August zwei Satelliten zur genaueren Erkundung der Vorgänge innerhalb der Van-Allen-Gürtel.

Anders als sonst üblich drängten die Forscher bereits kurz nach dem Start darauf, die wissenschaftlichen Instrumente sofort einzuschalten, ohne die langwierigen Überprüfungsprozeduren der Raumfahrtingenieure abwarten zu müssen. So wollten sie erreichen, noch möglichst lange Parallelmessungen mit einer älteren Sonde mit ähnlichem Ziel durchführen zu können – unabhängige Voraussetzung dafür, die unterschiedlichen Empfindlichkeiten der beiden Apparaturen gegenseitig eichen und eine möglichst lückenlose Datenreihe aus beiden Missionen zusammenstellen zu können.

Nur diesem Umstand ist es zu verdanken, dass der bislang nie beobachtete und

offenbar nur gelegentlich auftretende dritte Strahlungsgürtel der Erde überhaupt registriert werden konnte. Vorausgegangen war ein stärkerer Sonnensturm, der die bekannten Van-Allen-Gürtel zunächst aufgefüllt hatte, dass sie so weit anschwollen, bis sich der äußere Elektronenring schließlich aufspaltete und eine zusätzliche Ringstruktur weiter außerhalb bildete („Science“, doi: 10.1126/science.1233518). Die Intensität dieses dritten Strahlungsgürtels zeigte im Verlaufe der darauffolgenden Wochen starke Veränderungen, bis sich die Struktur nach dem Durchzug einer interplanetaren Störungfront Anfang Oktober 2012 schlagartig auflöste.

Die Forscher um Baker können die beobachteten Vorgänge im Rahmen der bisherigen Theorie der Strahlungsgürtel noch nicht vollständig erklären. Darüber hinaus gilt es nun herauszufinden, ob und wie solche zuvor unentdeckt gebliebenen Abläufe die Gesundheit der Astronauten an Bord der Internationalen Raumstation ISS oder zukünftiger Missionen zum Mond sowie die Sicherheit von Satelliten beeinträchtigen können. HERMANN-MICHAEL HAHN

Eine Chance für die Kinderseele

Langsam begreift man, wo und wie tief sich ein Trauma ins Gehirn gräbt. Das Stresssystem gerät aus dem Lot. Eine Psychotherapie hilft – Pillen aber nützen offensichtlich nicht.

Von
Nicola von Lutterotti

Ein furchtbarer Albtraum plagte den italienischen Schriftsteller und Holocaust-Überlebenden Primo Levi bis zum Tod: Aufgeschreckt vom Weckruf „Wstawa?“ des polnischen Wärters, träumte er in „Die Atempause“, wieder im Konzentrationslager von Auschwitz aufzuwachen und feststellen zu müssen, dass seine wiedergewonnene Freiheit nichts als Illusion war. Schockierende Erfahrungen wie Folter, Vergewaltigung, Entführung und Terroranschläge, aber auch Katastrophen und schwere Unfälle können das seelische Gleichgewicht nachhaltig aus dem Lot bringen. Je ausgeprägter dabei das Gefühl von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein, desto eher kommt es später zu psychischen Störungen – zu Depressionen, körperlichen Beschwerden, Angsterkrankungen oder einer posttraumatischen Belastungsstörung. Das Interesse der Forscher an solchen Leiden hat in den letzten Jahren merklich zugenommen. Denn eine wachsende Zahl von Beobachtungen spricht dafür, dass Störungen wahrscheinlich noch häufiger auf erschütternde Erfahrungen zurückgehen als bislang vermutet. Insbesondere in der Kindheit erlittene Traumata erhöhen das Risiko für psychische Erkrankungen.

Wie die Psychologin Christine Heim vom Institut für medizinische Psychologie der Charité in Berlin auf der Jahrestagung der deutschsprachigen Gesellschaft für Psychotraumatologie jetzt in Freiburg zeigte, führen schwere Traumata in der Kindheit zu einer beständigen Überaktivierung der Stresszentren im Gehirn. Die Entwicklung des Gehirns könne massiv beein-

flusst werden. Eine erhöhte Stressempfindlichkeit sei die Folge. So hätten eigene Untersuchungen ergeben, dass in der Kindheit misshandelte Frauen außergewöhnlich dünnhäutig auf Druck reagierten: Stresstests bewirkten bei solchen Probandinnen eine sehr viel stärkere Beschleunigung des Herzschlags und eine nachhaltigere Freisetzung von Stresshormonen als bei nicht misshandelten Frauen.

Die mit Abstand größte Stressempfindlichkeit wiesen jene weiblichen Missbrauchopfer auf, die bereits an einer Depression erkrankt waren. Depressive Frauen, die in ihrer Kindheit keiner Gewalt ausgesetzt waren, schnitten in den Stress-tests demgegenüber nicht anders ab als gesunde Frauen. Durch traumatische Erlebnisse hervorgerufene Depressionen scheinen somit andere neurobiologische Wurzeln zu haben als „herkömmliche“ Depressionen. Dafür spricht auch die Beobachtung, dass die Betroffenen auf unterschiedliche Therapien ansprechen. Der Berliner Psychologin zufolge profitieren depressive Frauen, die in ihrer Kindheit misshandelt wurden, eher von einer Psychotherapie und nur geringfügig von Psychopharmaka. Bei den nicht traumatisierten Patientinnen verhält es sich hingegen genau umgekehrt.

Ob und wie nachhaltig, schreckliche Erfahrungen in der Kindheit die Psyche belasten, hängt unter anderem vom genetischen Hintergrund ab. Eine entscheidende Rolle spielt dabei ein Protein, das an einem wichtigen Alarmknopf des Körpers dreht: FKBP5. Dieses Eiweiß hält stressbedingte Reaktionen am Laufen, indem er

entgegengerichtete, beruhigende Prozesse behindert. Wie aus neueren Untersuchungen hervorgeht, tragen Personen mit einer bestimmten genetischen Variante von FKBP5 ein erhöhtes Risiko, nach traumatischen Kindheitserlebnissen an einer schweren Depression oder einer posttraumatischen Belastungsstörung zu erkranken. Von einer posttraumatischen Belastungsstörung spricht man, wenn die Betroffenen das erschütternde Ereignis be-

Der aktuelle Kongressbericht

ständig wieder erleben, sich zugleich aber nicht mehr oder nur noch bruchstückhaft an die furchterregenden Vorkommnisse erinnern. Ausgelöst durch Schlüsselreize, etwa Brandgeruch oder bestimmte Geräusche, dringen die schrecklichen Erinnerungen überallartig in das Bewusstsein ein und können dabei schwere Angstattacken auslösen. Um sich davor zu schützen, vermeiden die Patienten alle Situationen, die solche Flashbacks entfesseln können. Zu den Merkmalen einer posttraumatischen Belastungsstörung zählen ferner starke Reizbarkeit, Nervosität, ein Abstumpfen der Gefühle und damit einhergehend soziale Isolation.

Weshalb bestürzende Kindheitserfahrungen bei den Trägern des erwähnten Risikogens so tiefe Spuren hinterlassen, haben Forscher um Torsten Klengel und Elisabeth Binder vom Max Planck Institut für Psychiatrie in München kürzlich herausge-



Foto AFP

Wo Missbrauch von Kindern und jungen Frauen seit Generationen ein Gesellschaftsphänomen ist: In Indien sind nach der Vergewaltigung einer Studentin durch mehrere Männer und dem Tod des Opfers zahlreiche Studenten auf die Straße gegangen und haben protestiert.

Stilles Leid

Zum Anfang eine schöne Nacht. Sie kommt aus Alten- und Pflegeheimen, aus Einrichtungen also, die oft genug in eine häßliche Ecke gerückt werden. Und sie handelt von einem Gebiet der Medizin, das ebenfalls noch nicht von einem Glorienschein umgeben ist, nämlich der Versorgung von Schmerzpatienten. Aber jetzt erstrahlen die beiden Sorgenkinder anscheinend im Lichte einer wissenschaftlichen Untersuchung. Rund vier-tausend Heimbewohner in mehreren europäischen Ländern wurden nach Schmerzen befragt. Dabei gaben sage und schreibe neun von zehn an, mit der Schmerzbehandlung zufrieden zu sein. Schaut man indessen genauer auf die „Shelter“-Studie, macht sich Ernüchterung breit. So geschehen auf dem Deutschen Schmerz- und Palliativtag vergangene Woche in Frankfurt am Main. Der Ulmer Altersmediziner Albert Lukas, der maßgeblich an der Shelter-Studie mitgewirkt hat, nahm dem Teilergebnis selbst den schönen Schein. Denn wie gezieltes Nachfragen zeigte, hatten die Heimbewohner durchaus oft Schmerzen. Alte Menschen neigen aber dazu, Schmerzen eher zu erdulden als groß über sie zu klagen. Stilles Leid ist aber auch Leid. Dazu kommen häufig Schwierigkeiten, die Beschwerden mitzuteilen, besonders bei Menschen mit Demenz. Manche vergessen eine Schmerzattacke fast augenblicklich. Ihr Leiden kann sich im Gesichtsausdruck oder in Unruhe und Aggression äußern. Solche Zeichen werden nicht immer richtig gelesen, zumal Heimärzte, anders als etwa in Frankreich, eine Rarität sind. So kommt es wohl auch, dass Demenzerkrankte bei schmerzhaften Eingriffen weniger Medikamente erhalten als andere Menschen. Schmerzen aber, so lautete die Mahnung, sind kein Schicksal des Alters, und Demenz ist kein Schmerzmittel. Die Studie zeige, dass es noch zu viel Schmerz in Altenheimen gebe. Und so steht am Ende doch wieder eine unschöne Nachricht. R.W.

Ein „Gefällt mir“ ist schon verräterisch

Vom gläsernen Menschen sind viele Internetzutzer weniger weit entfernt, als sie glauben. Nicht erst durch eigene Websites, Online-Käufe oder durch Veröffentlichung des persönlichen Profils in sozialen Netzwerken wie Facebook und Twitter gibt man Privates preis – schon mit wenigen Klicks auf den harmlos erscheinenden „Gefällt mir“-Button in Facebook teilt der Nutzer erstaunlich präzise Hinweise über seine Vorlieben und Persönlichkeitsmerkmale mit. Michal Kosinski und seine Kollegen vom „Psychometrischen Zentrum“ der University of Cambridge haben auf der Basis von 58 466 freiwilligen Facebook-Nutzern in den Vereinigten Staaten ein mathematisches Modell entwickelt, das in der Lage ist, die „Gefällt mir“-Klicks unter Bildern, Status-Meldungen von Freunden oder auf populären Websites für die Konstruktion eines Persönlichkeitsprofils zu nutzen. Die durchschnittliche Anzahl von „Likes“ lag bei 68. Das Alter war schnell ermittelt. Ob jemand homosexuell ist, ließ sich in 88 Prozent der Fälle richtig ermitteln, die Hautfarbe war zu 95 Prozent korrekt, die politische Links-rechts-Ausrichtung zu 85 Prozent, ob jemand Christ oder Muslim ist, zu 80 Prozent, und sogar die Eigenschaft „Offenheit“ als Charaktermerkmal wurde in der Hälfte der Fälle erfasst – jedenfalls war die Einschätzung des Programms etwa so aussagekräftig wie ein ausgefüllter Fragebogen der Probanden. Wie die britischen Forscher in den „Proceedings“ der amerikanischen Nationalen Akademie der Wissenschaften (doi:10.1073/pnas.1218772110) schreiben, steigt die Prognosestimmigkeit mit der Zahl der „Likes“, doch auch „schon ein einzelner Klick gibt eine nicht zu vernachlässigende Vorhersagemöglichkeit“. jom

Heute

Deutschland im Wandel

Die Energiewende ist eine Herkulesaufgabe, die von vielen unterschätzt wurde. Die Wissenschaft hat die technische Herausforderung angenommen und arbeitet an einem Masterplan. Seite N2

Wie entsteht Glaube?

Wissenschaftler streiten schon seit Jahren darüber, wie religiöse Überzeugungen entstehen. Manche meinen, Kinder entwickeln sie aus sich heraus, andere, sie übernehmen sie aus ihrer Umwelt. Seite N4

Was wird aus der Lehre?

Im Internet bieten amerikanische Plattformen umsonst Online-Kurse von Spitzenhochschulen für alle an. Die ersten beiden deutschen Universitäten sind beim Stanford-Start-up Coursera vertreten. Seite N5