

Psychocardiologie:

Das Herz steht in vielen Kulturen als Symbol für Liebe. Die gegenpoligen Emotionen der Liebe sind Eifersucht, Hass, Wut und Zorn. Weder akute Verliebtheit noch Zorn und Hass sind ohne Veränderung der Herzfunktionen möglich. Auch die Emotionen Angst und Ohnmacht lassen unser Herz pochen und rasen. Selbst die Trauer wird sprichwörtlich im „gebrochenen Herzen“ empfunden. Es ist der gefühlte Ort für Bindung und Beziehung und es ist das Organ für Lebensfähigkeit und Vitalität.

Durch den rasanten technischen Fortschritt der Medizin bieten Kardiologen und Herzchirurgen in Ihrer komplementären und additiven Funktion ein umfassendes Behandlungsangebot, an welches Möglichkeiten eröffnet, die vor Jahrzehnten noch undenkbar waren. Die so wichtige Mitbehandlung der Psyche, insbesondere das Erkennen und Bewältigen auslösender Stressoren die das Herz krank machen, ist dabei in den Hintergrund geraten. Dem Spezialisten fehlt in der kardiologischen Routine vor allem die Zeit für Gespräche. Das noch recht junge Gebiet der Psychocardiologie hat die Aufgabe, diese Versorgungslücke zu schliessen. Als praktische Ärztin und zugleich Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie mit langjähriger Tätigkeit in Rehakliniken unterschiedlicher Fachrichtungen fühle ich mich qualifiziert und berufen diese spezielle Form der Behandlung an zu bieten.

Psychocardiologie bei funktionellen Herzbeschwerden:

Die betroffenen Menschen leiden an episodischen Herzattacken mit Erregungszuständen, Schwitzen, Schwindel, Blutdruckerhöhung und Hyperventilation ohne dass am Herzen eine organische Ursache, also ein Schaden festgestellt werden kann. Hier versuche ich zusammen mit dem Betroffenen die auslösenden Stressoren für diese stark belastenden Herzattacken zu eruieren und mittels Stressmanagement zu beheben. Meist sind erhebliche existenzielle psychosoziale Faktoren hintergründig wie Beziehungsverluste oder Mobbing am Arbeitsplatz die den Betroffenen an überdauernden negativen Affekten wie Depressivität und Angst leiden lassen. In diesen Fällen sollte eine weiterführende Psychosomatische Behandlung angeschlossen werden.

Psychocardiologie bei Herzerkrankungen:

Operationen am Herzen sind psychisch stark belastende und lebensverändernde Eingriffe, die eine nachfolgende Krankheitsverarbeitung und Bewältigung erfordern. Sozial schlecht eingebundene Patienten sind hinsichtlich existentieller Ängste, Trauer und Depressivität besonders anfällig für die Entwicklung einer zusätzlichen psychischen Störung, die einer professionellen Behandlung bedarf. Auch ein Herzinfarkt ist ein einschneidendes, schockierendes Lebensereignis mit anschliessender Veränderung von Lebensgewohnheiten und Verlust an Lebensfähigkeit, dessen Verarbeitung manche Patienten überfordert. Diese Maladaption kann in eine Depression übergehen, die für den Krankheitsverlauf der koronaren Herzerkrankung ebenso prognostisch ungünstig ist, wie das Beibehalten von Stressoren. Eine frühzeitige psychocardiologische Behandlung kann auch hier den Krankheitsverlauf durch rechtzeitiges Erkennen von ängstlich depressiven Symptomen mit entsprechenden psychotherapeutischen und gegebenenfalls auch medikamentösen Interventionen prognostisch begünstigen.

Warum Psychocardiologie?

Dem Zusammenspiel von Herz und Psyche sollte mittels geeigneter psychosomatischer Behandlung mindestens die gleiche Aufmerksamkeit geschenkt werden, wie der Behandlung von Risikofaktoren. Durch die Reduktion von Stressoren und Mitbehandlung psychischer Faktoren insbesondere von Angst, Trauer und Depressivität bei Herzpatienten aller Art wird die Stressanfälligkeit des Herzens reduziert und die Lebensqualität und Prognose für den Betroffenen verbessert.