

Zwangsstörungen

Jeder Mensch kennt das: Man verlässt die Wohnung, und auf dem Weg zur Bushaltestelle beschleicht einen das Gefühl, nicht richtig abgeschlossen zu haben.

Also geht man noch einmal zurück, steckt den Schlüssel ins Schloss und stellt meistens fest, dass die Sorge unbegründet war. Auf dem Weg in den Urlaub denkt man z.B. immer an die Kaffeemaschine, die man vergessen hat, auszuschalten - und das ist schon ziemlich beunruhigend. In Maßen ist Kontrolle durchaus sinnvoll. Im Extremfall kann sie jedoch bis zur totalen Blockade von Denken und Handeln gehen und zu einer Zwangsstörung führen.

Charakteristisch sind Zwangsgedanken, die Angst und Leiden verursachen und Zwangshandlungen, die zur Vermeidung oder Minderung der Angst beitragen sollen. Zwangsgedanken äußern sich in dem Drang, gegen den inneren Widerstand und trotz besseren Wissens bestimmte Dinge immer wieder zu tun oder zu denken. Die Gedanken kreisen jenseits der Realität um bestimmte Ideen, Impulse oder Vorstellungen, ständiges Händewaschen aus Angst vor Infektionen oder an allem und jedem zweifeln zu müssen. Als Zwangshandlungen gelten jene Verhaltensweisen, die bei Zwangsgedanken immer wieder stereotyp ausgeführt werden. Zwangshandlungen wirken übertrieben und stehen in keinem realistischen Bezug zu einer tatsächlichen Notwendigkeit. Zwangshandlungen führen vorübergehend zum Abbau von Angst und Anspannung und so bei dem Betroffenen zur Erleichterung.

Zu den häufigsten Zwangshandlungen gehören Waschwänge, Zählen, Kontrollieren und Berühren. Zwangsstörungen können diagnostiziert werden, wenn sie über einen bestimmten Zeitraum die normalen, täglichen Routinehandlungen beeinträchtigen, die sozialen Beziehungen und beruflichen Leistungen einschränken, der Zeitaufwand bei Zwangshandlungen auffallend groß wird.

Etwa 2,5 Prozent der Bevölkerung sind im Lauf ihres Lebens irgendwann einmal von Zwangssymptomen betroffen. Sie kommen bei Frauen und Männern gleichermaßen häufig vor, insbesondere im Alter zwischen 20 und 30 Jahren.

Die Übergänge zu den therapiebedürftigen Zwangsstörungen sind allerdings fließend, also nicht sofort erkennbar, und viele Betroffene verschweigen aus Scham ihr vermeintliches Fehlverhalten.

Kontakt:

LWL-Klinik Marsberg
Weist 45 – 34431 Marsberg
Tel.: 02992 601-1000
E-Mail: wkpp-marsberg@wkp-lwl.org