

Angststörungen

Wann wird die Angst zur Störung? Wenn sie der tatsächlichen Bedrohung nicht mehr entspricht und damit mehr schadet als nützt.

"Angst ist ein schlechter Ratgeber", heißt es im Volksmund, aber auch: "Vorsicht ist die Mutter der Porzellankeule". In diesen beiden Redensarten wird ein durchaus gesunder Instinkt angesprochen - nämlich die Angst vor echten Bedrohungen, die dazu dient, sich selbst zu schützen und vor Fehlern zu bewahren.

Neben "gesunder" Angst gibt es aber auch krankhaft übersteigerte Ängste. Manchmal betreffen sie nur bestimmte Dinge und Ereignisse wie das Fahrstuhlfahren oder das Fliegen mit einem Flugzeug. Derartige Ängste vor bestimmten Situationen nennen Fachleute **Phobien**. Andere Menschen werden von plötzlichen **Panikanfällen** heimgesucht. "Aus heiterem Himmel" verspüren sie alle körperlichen Begleiterscheinungen von massiver Angst: Atemnot, Beklemmungsgefühle, Herzrasen und Schwindel. Wegen der massiven körperlichen Befindensstörungen führt sie meist der erste Weg zum Hausarzt, Internisten oder in die Notaufnahme eines Krankenhauses.

Nach dem Angstanfall geht es den Betroffenen gut. Was bleibt, ist die Angst vor dem nächsten Anfall, der mit oder ohne Anlass als tagtägliche Bedrohung Betroffenen oft die Lebensfreude nimmt.

Schließlich gibt es noch einen Typus von Angsterkrankungen, bei dem die Betroffenen mehr oder minder beständig unter diffuser Anspannung und chronischen Befürchtungen leiden. Beständig über Tage, Wochen und Monate bestehen nicht genau abgrenzbare, allgemeine Angstbeschwerden. Diese so genannten generalisierten Angsterkrankungen zermürben den Betroffenen und mischen sich häufig mit depressiven Verstimmungszuständen.

Die Formen der Angst sind facettenreich. Angst kann sich hinter der Maske völliger Beherrschtheit verbergen, aber auch dazu führen, dass Betroffene Hilfe im "Seelentröster" Alkohol suchen oder ungeeignete Beruhigungstabletten konsumieren.

Heutzutage sind Angststörungen in der Regel gut behandelbar. Es gibt sowohl Medikamente als auch erfolgreich erprobte Psychotherapieverfahren.

Kontakt:

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