

Vorwort zur 2. Auflage

Die vergangenen 6 Jahre haben im Bereich medizinisch unerklärter Körperbeschwerden und somatoformer Störungen – in der klinischen Praxis wie auch Forschung – wichtige neue Erkenntnisse und Implikationen für die kognitiv-verhaltenstherapeutische Behandlung gebracht. Im Rahmen einer aktualisierten 2. Auflage dieses Behandlungsmaterials möchten wir den Leserinnen und Lesern einen Einblick in diese neuen Erkenntnisse geben.

Im Bereich der Diagnostik bzw. diagnostischen Klassifikation medizinisch unerklärter Körperbeschwerden gab es im Jahr 2013 mit der Einführung der 5. Revision des Diagnostischen und Statistischen Manuals eine grundlegende Veränderung. Die neue diagnostische Kategorie »Somatische Belastungsstörung« ersetzt einen Teil der Diagnoseeinheiten der vorherigen somatoformen Störungen. Eines der bisher entscheidenden diagnostischen Kriterien, welches besagt, dass die körperlichen Beschwerden medizinisch nicht oder nicht ausreichend erklärt werden können, wurde abgeschafft. Erstmals wurden psychologische Kriterien, wie z. B. übermäßige Gedanken und Ängste in Bezug auf die Körpersymptome, eingeführt. Weitere Informationen zu den Neuerungen in der diagnostischen Klassifikation können Sie ► Kap. 1 entnehmen, das zudem hinsichtlich neuer epidemiologischer Forschungsbefunde und Erkenntnisse zu kulturell gebundenen Konzepten unerklärter körperlicher Beschwerden aktualisiert wurde.

Im Bereich der ätiologischen Forschung zu chronischen Körpersymptomen, insbesondere Schmerzsymptomen, hat das Angst-Vermeidungs-Modell an Bedeutung gewonnen. Es erklärt die Entstehung stark ausgeprägter Ängste vor Verletzung bzw. Wiederverletzung, die ausgeprägtes Vermeidungsverhalten bez. körperlicher Aktivitäten und Bewegung zur Folge haben. Informationen zu diesem Modell finden Sie in ► Kap. 2.

Aus diesem Modell lässt sich ein verhaltenstherapeutischer, expositionsbasierter Behandlungsansatz, bei dem Patienten mit den gefürchteten und vermiedenen körperlichen Bewegungen bis zur Angsthabituation konfrontiert werden, ableiten, der genauer in ► Kap. 3 vorgestellt wird. Weitere Neuerungen in psychologischen Behandlungsan-

sätzen ergeben sich im Zusammenhang mit den »Therapieverfahren der dritten Welle der kognitiven Verhaltenstherapie«. Wir geben einen kurzen Einblick in akzeptanz- und achtsamkeitsbasierte Ansätze sowie in ein kognitiv-verhaltenstherapeutisches Therapiekonzept, das mit Emotionsregulationsstrategien angereichert wurde. Des Weiteren wurden 2014 zwei umfangreiche Metaanalysen von der Cochrane Gesellschaft – einer internationalen, renommierten und unabhängigen Organisation, in der sich Forscher weltweit ehrenamtlich und unabhängig engagieren und systematische Übersichtsarbeiten zu verschiedensten Interventionen im Gesundheitsbereich erstellen – zu psychologischen sowie pharmakologischen Interventionen bei medizinisch unerklärten Körperbeschwerden veröffentlicht. Die wichtigsten Befunde dieser beiden Arbeiten werden in ► Kap. 3 zusammengefasst. In Deutschland wurden von der Deutschen Gesellschaft für Psychologie sowie von der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften Leitlinien zur Behandlung von somatoformen Störungen publiziert, über die zusammenfassende Informationen aus dem aktualisierten ► Kap. 3 entnommen werden können.

Aus den neuen klinisch-therapeutischen Erfahrungen in der Behandlung von Patienten mit somatoformen Störungen, die wir über die vergangenen 6 Jahre gesammelt haben, haben wir im Praxisteil dieses Manuals Aktualisierungen an verschiedenen Stellen vorgenommen. Bereits für die Therapieeingangsphase (► Kap. 4) haben wir z. B. Vorschläge ergänzt, wie unser kognitiv-verhaltenstherapeutisches Vorgehen mit Verfahren der dritten Welle der kognitiven Verhaltenstherapie kombiniert werden können oder wie unser Behandlungsmanual ins stationäre Setting übertragen werden kann. Wir gehen auf das Problem des »Rentenbegehrens« ein und auf ein sehr aktuelles Thema – Besonderheiten in der Therapie von Patienten mit Migrationshintergrund. Die Kapitel zur therapeutischen Phase (► Kap. 5–11) haben wir mit verschiedenen Vorschlägen zu neuen therapeutischen Übungen und zum Umgang mit Schwierigkeiten in der therapeutischen Arbeit angereichert (z. B. zur Erweiterung des subjektiven Störungsmodells der Patienten in ► Kap. 5; Antizipation und Umgangsmöglichkeiten bei Problemen bei der Durchführung von Entspan-

nungsverfahren bei Patienten mit somatoformen Störungen in ► Kap. 6; eine Sammlung typischer Inhalte dysfunktionaler Gedanken bei Patienten mit somatoformen Störungen und Ideen zu Symptomprovokationsübungen und Verhaltensexperimenten in ► Kap. 8; therapeutische Übungen für Patienten, die anstatt Vermeidungsverhalten eher Durchhalteverhalten zeigen in ► Kap. 9). Auf ein bisher in unserem Manual vernachlässigtes therapeutisches Thema – die Kommunikation der Patienten über ihre Symptome – wird in einem Exkurs-Modul in ► Kap. 12 eingegangen. Dieses neue Modul ist für diejenigen Patienten gedacht, die Defizite in Kommunikationskompetenzen aufweisen. Es werden verschiedene therapeutische Übungen vorgestellt, die den Patienten helfen sollen, in funktionaler Weise über ihre Beschwerden mit ihren Therapeuten und Ärzten bzw. Menschen in ihrem persönlichen und Arbeitsumfeld zu sprechen.

Obwohl das Thema medizinisch unerklärter Körperbeschwerden im klinischen Kontext mehr an Bedeutung gewinnt, ist der Anteil an Patienten mit unerklärten Körperbeschwerden, die keine adäquate psychotherapeutische Behandlung erhalten, weiterhin enorm hoch. Dies ist auch darauf zurückzuführen, dass zu wenige Psychologische wie auch Ärztliche Psychotherapeuten ausreichend Kenntnisse über dieses Störungsbild bzw. über die Behandlungsstrategien zum Umgang mit dieser besonderen Störungsgruppe besitzen. Wir hoffen, dass wir mit diesem Manual unseren psychologischen wie auch ärztlichen Kolleginnen und Kollegen ein Handbuch mit vielen praktischen Tipps und Arbeitsmaterialien sowie einen Therapieansatz, der sich am aktuellen Stand der Forschung orientiert, zur Verfügung stellen können. Wir möchten Ihr Interesse an der Behandlung einer bisher psychotherapeutisch stark vernachlässigten Patientengruppe wecken und Ihnen Möglichkeiten aufzeigen, wie man mit den – leider nach wie vor als »im Umgang schwierig« eingestuft – Patienten eine auf Betroffenen- sowie Therapeuten- und Ärzteseite gewinnbringende Therapie durchführen kann.

Zuletzt möchten wir noch darauf hinweisen, dass aus Gründen der besseren Lesbarkeit in diesem Buch überwiegend das generische Maskulinum verwendet wird. Dieses impliziert natürlich immer auch die weibliche Form. Sofern die Geschlechtszugehörigkeit von Bedeutung ist, wird selbstverständlich sprachlich differenziert.

Maria Kleinstäuber

Petra Thomas

Michael Witthöft

Wolfgang Hiller

Marburg, im Frühjahr 2017

Kognitive Verhaltenstherapie bei medizinisch
unerklärten Körperbeschwerden und somatoformen
Störungen

Kleinstäuber, M.; Thomas, P.; Witthöft, M.; Hiller, W.
2018, XIV, 292 S. 111 Abb. Mit Online-Extras., Softcover
ISBN: 978-3-662-54663-5