

## **Informationen zu Somatisierungsstörungen**

Manche Menschen reagieren auf Stress, Druck und kritische Lebensereignisse nicht ausschließlich mit psychischen Krankheitszeichen wie z.B. Traurigkeit, Niedergeschlagenheit und innere Anspannung, sondern vorrangig mit körperlichen Symptomen. Der/die erste Ansprechpartner/in ist dann oft der Arzt oder die Ärztin, der/die aber keine organischen Grundlagen feststellen kann. Es ist wichtig zu wissen, dass es auch diese körperliche Art und Weise gibt, auf Probleme zu reagieren.

Eine Somatisierungsstörung liegt vor, wenn es eine mindestens 2-jährige Vorgeschichte mit anhaltendem Klagen über verschiedene, wiederholt auftretende und häufig wechselnde körperliche Symptome gibt. Die Betroffenen beschäftigen sich ständig mit diesen Symptomen und haben einen großen Leidensdruck. Charakteristisch ist auch die hartnäckige Forderung der Betroffenen nach weiteren medizinischen Untersuchungen trotz wiederholter negativer Ergebnisse und Versicherung der Ärzte/Ärztinnen, dass die Symptome nicht körperlich begründbar sind. Die Symptome treten häufig im kardiovaskulären, gastrointestinalen, respiratorischen, dermalen oder urogenitalen Bereich auf.

Wenn ein/e Psychotherapeut/in oder Arzt/Ärztin diese Diagnose stellt, besteht eine behandlungsbedürftige psychische Erkrankung.

### **Auftreten**

Ca. 10-15% der Erwachsenen leiden an einer somatoformen Schmerzstörung, eine undifferenzierte Somatisierungsstörung kommt bei rund 10% der Erwachsenen vor. Das klinische „Vollbild“ der Somatisierungsstörung ist deutlich seltener, es tritt bei ungefähr 0,2-2% der Bevölkerung auf.

### **Psychotherapie**

Wissenschaftliche Studien belegen seit vielen Jahren die Wirksamkeit fachgerechter psychotherapeutischer Interventionen. Häufig scheuen sich die Betroffenen, psychotherapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen, sind sie doch davon überzeugt, dass sich eine medizinische Ursache und Behandlung finden lassen muss. Die Psychotherapie richtet sich in erster Linie auf die Erhöhung der Lebensqualität der Betroffenen, den vernünftigeren Umgang mit Stressfaktoren

und auf den Aufbau einer ausgeglichenen Lebensweise, die auch Raum für positive Aktivitäten, Entspannung und Lebensfreude bietet.