

25.6.2021

Am 27.6. ist Tag der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTSD Awareness Day)

Traumazentrum in Bochum hat sich auf hochwirksame Behandlungsverfahren spezialisiert

Bochum (lwl/rs). Nahezu jeder zweite Mensch wird im Laufe seines Lebens mit außerordentlich belastenden Ereignissen konfrontiert, die man als „traumatisch“ bezeichnen kann. In der Regel werden diese gut verarbeitet. Etwa 10 Prozent aller Menschen weltweit geraten jedoch nach einem traumatischen Ereignis in eine psychische Ausnahmesituation. Auslöser können unter anderem Autounfälle, Kriegserfahrungen, (sexuelle) Gewalt oder extreme Vernachlässigung sein – Erlebnisse, die Betroffene als etwas Lebensbedrohliches wahrgenommen haben. Daraus kann sich eine Traumafolgestörung entwickeln, die auch als Posttraumatische Belastungsstörung, kurz: PTBS bezeichnet wird. Anlässlich des Aktionstages am Sonntag (27.6.) macht die Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des LWL-Universitätsklinikums Bochum auf ihr spezialisiertes Behandlungsangebot im Traumazentrum aufmerksam.

„Typisch für eine Traumafolgestörung ist immer wiederkehrendes ungewolltes Erinnern an die durchlebte Situation, die sogenannten Flashbacks – in Form von inneren Bildern oder Filmen“, erklärt Prof. Dr. Henrik Kessler, Leiter der Traumaambulanz und der Station mit Schwerpunkt Traumafolgestörungen, die Symptome. „Die Patientinnen und Patienten zeigen eine ausgeprägte Übererregbarkeit, Schreckhaftigkeit, Schlaf- und Konzentrationsschwierigkeiten sowie Anspannungen.“ Um nicht immer wieder an das

...

traumatische Ereignis erinnert zu werden, verfolgen sie oftmals eine Vermeidungsstrategie. Beispiele: Nach einem schweren Autounfall wird das Autofahren eingestellt oder nach einer Massenunruhe im Konzert Menschenansammlungen beim Einkaufen gemieden. Derartiges Verhalten bleibt nicht ohne Folgen für Beruf und für das soziale Miteinander. Der Mediziner rät: „Nach einer traumatischen Erfahrung sollte man auf sich Acht geben. Am Anfang sind die PTBS-Symptome eine normale Reaktion auf ein unnormales Ereignis, hier können die eigenen Stärken und ein gutes Umfeld bei der gesunden Verarbeitung helfen. Wenn jedoch nach einigen Wochen die Symptome immer noch vorhanden sind oder gar zunehmen, sollte zeitnah psychotherapeutische Hilfe gesucht werden.“

Sein Behandlungsteam setzt auf ein individualisiertes hochspezifisches Therapieverfahren, in dessen Verlauf der Patient sich zunächst stabilisiert, aus seiner Ohnmacht befreit, das traumatische Ereignis verarbeitet und wieder in Aktion geht. „Es geht darum, sich nach Stabilisierung und Aufbau einer vertrauensvollen therapeutischen Beziehung zu öffnen, das Erlebte zu besprechen und schmerzhaft Gefühle zuzulassen. Im Rahmen dieser sogenannten Traumaexpositionstherapie wird das traumatische Ereignis grundlegend verarbeitet, nicht einfach nur weggepackt. Nach einer solchen Therapie hören wir oft: Das ist passiert, das war schlimm, aber es ist vorbei und mein Leben hat wieder eine Perspektive“, beschreibt Prof. Kessler. Abhängig von der Diagnose bietet die Klinik neben der ambulanten Behandlung auch stationäre und teilstationäre Angebote an.

Weltweit erhalten circa 90 Prozent der Betroffenen keinerlei spezifische Therapie. Seit 2013 erforscht der Wissenschaftler mit seinem Team daher weitere Behandlungsmöglichkeiten bei Flashbacks. Dabei fließen aktuelle Erkenntnisse aus der Hirn- und Gedächtnisforschung ein mit dem Ziel, schnelle, einfache und effektive Hilfen zu finden, um Flashbacks zu verringern bzw. abzumildern. „Wir suchen nach Interventionen, die den Betroffenen helfen sollen, auch ohne therapeutische Hilfe klarzukommen“, so Prof. Kessler. In ersten Studien

wurden Erfolge mit Apps erzielt, welche über ein intensives räumliches Denken tatsächlich Flashbacks seltener machen konnten. Weitere Studien laufen aktuell.

Weitere Informationen zum Behandlungsangebot bei Traumafolgestörungen sind in der Ambulanz der LWL-Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie unter Tel. 0234 5077-3333 erhältlich. Dort können Termine für Erstgespräche vereinbart werden, in denen das weitere Vorgehen besprochen wird.

Bildzeile:

Prof. Dr. Henrik Kessler, Leiter der Traumaambulanz und der Station mit Schwerpunkt Traumafolgestörungen (Bildquelle: LWL/Ritzenhoff)

Pressekontakt:
Rosa Sommer
LWL-Universitätsklinikum Bochum
Tel.: 0151 40635802
E-Mail: rosa.sommer@lwl.org
Alexandrinestraße 1-3
44791 Bochum

LWL-Pressestelle
Tel.: 0251 591-235
Fax: 0251 591-4770
E-Mail: presse@lwl.org
Freiherr-vom-Stein-Platz 1
48133 Münster