

## Kontakt

### Station für Angst- und Zwangsstörungen

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Station PA7  
Geb. W37, Altbau, 7. OG

Telefon: (0 40) 7410 -53232  
Fax: (0 40) 7410 -55546

### Erreichbarkeit:

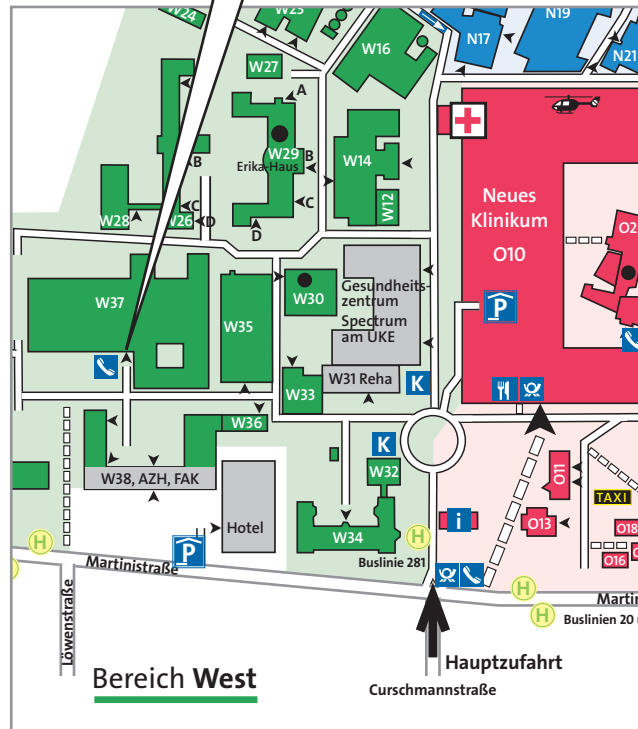
Mo. - Fr.: 08:00 - 16:00 Uhr

<http://www.uke.de/kliniken/psychiatrie>

Bitte bringen Sie schon zur Aufnahme eine  
Überweisung ihres niedergelassenen Arztes mit.



Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Gebäude W37



Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf  
Martinistraße 52  
20246 - Hamburg

Titelbild: „Blaues Bild“ von Vasily-Kandinsky

## Station für Angst- und Zwangsstörungen



Klinik und Poliklinik für  
Psychiatrie und Psychotherapie

## Angst- und Zwangsstörungen

Angst ist jedem Menschen bekannt und ein normales Gefühl. Angst hat eine Alarmfunktion und schützt uns im Alltag vor Gefahren. Angstreaktionen sind häufig begleitet von Herzklopfen, Unruhe, Atemnot und anderen Symptomen.

Von der normalen „gesunden“ Angst unterscheiden sich Angststörungen dadurch, dass die Angst ohne Anlass oder weit übersteigert auftritt und Lebensführung und Lebensfreude beeinträchtigt. Angststörungen sind sehr häufige psychische Erkrankungen, etwa 20 - 30 % der Menschen entwickeln im Laufe ihres Lebens mindestens einmal pathologische Angst.

Besonders beeinträchtigende Formen der Angststörungen sind z. B. die Panikstörung (anfallsartige Angst), die Agoraphobie (Platzangst), die soziale Phobie (Ängste in sozialen Situationen) und die Generalisierte Angststörung (länger bestehende Angst und Besorgtheit).

Den Angststörungen stehen die Zwangsstörungen sehr nahe. Die Betroffenen müssen bestimmte Handlungen (z. B. Hände waschen) immer wieder durchführen oder bestimmte Gedanken, die ihm selbst unsinnig vorkommen und die ihn quälen, immer wieder denken, um Ängste zu bewältigen.

Angst- und Zwangserkrankungen sind in der Regel gut behandelbar. Je rascher die Erkrankung erkannt und behandelt wird, desto geringer ist die Gefahr der Entwicklung chronischer Probleme und Zusatzerkrankungen, wie z.B. Depression und Suchtstörungen

## Behandlung – Allgemeines

In der Regel können Patienten mit einer Angststörung gut mit einer ambulanten Verhaltenstherapie behandelt werden. Eine stationäre Therapie ist dann nötig, wenn die Störung sehr ausgeprägt ist (so dass z. B. das Haus alleine nicht mehr verlassen werden kann), wenn weitere Probleme wie eine depressive Erkrankung, eine Persönlichkeitsstörung, eine begleitende körperliche Erkrankung vorliegen oder wenn die ambulante Behandlung keinen ausreichenden Erfolg gebracht hat. Ob eine stationäre Therapie sinnvoll ist, sollte durch einen niedergelassenen Facharzt für Psychiatrie oder unsere Spezialambulanz für Angststörungen geklärt werden. Die Aufnahme erfolgt über eine Warteliste.

Auf unserer Station kann das gesamte Spektrum der Angst- und Zwangsstörungen behandelt werden. Da sich die Problematik von angstgestörten Menschen mit denen depressiv Erkrankter überschneidet, werden Patienten mit Angststörungen und Depressionen auf unserer Station gemeinsam behandelt. Entsprechend den aktuellen Leitlinien der Fachgesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) setzen wir verhaltenstherapeutische Verfahren und medikamentöse Optionen ein

Wir arbeiten in einem multiprofessionellen Team, in dem alle Berufsgruppen gemeinsam an Ihrer Behandlung mitwirken. Das Team besteht aus einem Oberarzt, Stationsärzten, psychologischen Psychotherapeuten, Co-Therapeuten (verhaltenstherapeutisch geschultes Pflegepersonal), einem Sozialpädagogen und Ergo- und Bewegungstherapeuten.

## Behandlung – Therapieangebote

Am Anfang der Behandlung steht in der Regel ein ausführliches Gespräch mit intensiver medizinischer, psychiatrischer und psychologischer Diagnostik. Dabei werden in Zusammenarbeit mit Kollegen anderer Disziplinen am UKE (z.B. Internisten oder Neurologe) sorgfältig alle möglichen körperlichen Ursachen Ihrer Erkrankung ausgeschlossen (z.B. Blutuntersuchungen, EEG, EKG, ggf. Kernspintomographie).

Nach Diagnostik und Stimmungsstabilisierung erfolgt eine individuelle Problem- und Zielanalyse. Im Anschluss daran steht das Expositionstraining mit Reaktionsmanagement als hochwirksamer Teil einer Verhaltenstherapie ganz im Mittelpunkt der Behandlung. Dabei werden anfangs in Begleitung des Therapeuten Angst oder Zwang auslösende Situationen gezielt aufgesucht und neue Bewältigungsstrategien eingeübt. Die letzte Behandlungsphase ist durch zunehmendes Selbstmanagement des Patienten geprägt. Die erreichten Therapieziele werden durch Belastungsproben auf die häusliche Situation übertragen und wiedererlangte Freiräume werden gezielt genutzt und neue Lebensperspektiven erarbeitet.

Zusätzlich zur Einzeltherapie bieten wir sowohl für Angststörungen als auch für Zwangserkrankungen und Depressionen störungsspezifische Gruppentherapie an. Neben der Vermittlung von Wissen über das jeweilige Störungsbild wird hier gemeinsam ein Verständnis der Entstehung und Aufrechterhaltung der individuellen Problematik erarbeitet. Ein wichtiger Bestandteil der Gruppentherapie ist die Vorbereitung und Durchführung von Übungen. Die Patienten haben so die Gelegenheit, im Austausch mit anderen Betroffenen neue Erfahrungen zu sammeln und alte Verhaltensmuster zu überwinden.