

## **Psychosomatik: Seelische Gleichgewichtsstörung und der Körper spielt verrückt Verstärkte Kapazitäten im Klinikum Wels-Grieskirchen**

**Seit Oktober 2021 bietet das Department für Psychosomatik für Erwachsene am Klinikum- Standort Grieskirchen ein erweitertes Therapiespektrum für die am häufigsten auftretenden „seelischen Gleichgewichtsstörungen“. Somatoforme Störungen, chronische Schmerzzustände, Burnout oder die Binge-Eating-Störung sind unter anderem Krankheitsbilder, für welche das Department stationäre und tagesklinische Behandlungsangebote bietet. Durch die Aufstockung der Kapazitäten können nun mehr Patienten rascher behandelt werden.**

„Seit Beginn unseres Lebens sind wir Menschen darauf angewiesen, dass unsere Bedürfnisse ausreichend erfüllt sind – sowohl die körperlichen als auch die seelischen“, erklärt Walter Neubauer, Leiter des Departments für Psychosomatik für Erwachsene am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Wenn diesbezüglich eine Mangelversorgung entsteht, wird ab einem gewissen Ausmaß im Körper die sogenannte Stressreaktion aktiviert.“ Dieses Programm stammt noch aus den Anfangszeiten des Menschen, damit wir durch Flucht und nötigenfalls Kampf unser Überleben sichern können. „Durch aktuelle Belastungen aber, wie etwa die Pandemie samt Lockdowns, zwischenmenschliche Konflikte, die Teuerung gefolgt von finanziellen Engpässen sowie körperliche Erkrankung, wird unser Körper in gleicher Weise aktiviert wie in der Steinzeit, ohne dass wir diese Anspannung motorisch umsetzen. So verbleiben wir oft in einem anhaltenden Spannungszustand und verlieren unser inneres Gleichgewicht“, erklärt Neubauer weiter.

### **So weckt die Psyche Aufmerksamkeit**

Diese Disbalance kann sich in der Aktivierung von drei unterschiedlichen seelischen Notprogrammen äußern: „Dazu zählen einerseits der Rückzug ins innere seelische Schneckenhaus einer Depression und andererseits das Auftreten übertriebener Ängste“, beschreibt der Department-Leiter. „Schließlich können auch teils sehr beeinträchtigende körperliche Beschwerden als Ausdruck der Stressreaktion auftreten, für die sich allerdings keine ausreichend organische medizinische Erklärung findet.“ Betroffene erleben diese Zustände als äußerst verunsichernd. „Ist die Verzweiflung der Seele besonders groß, werden in der Symptomatik manchmal sogar mehrere dieser Register gleichzeitig gezogen“, so Neubauer.

### **Inneres Gleichgewicht wiederfinden**

Erhalten Betroffene nicht ehestens Hilfe, besteht die Gefahr der Chronifizierung. Am Psychosomatik-Department werden die Patienten durch ein langjährig erfahrenes multiprofessionelles Expertenteam unterstützt. Die Erweiterung des Behandlungsangebotes macht dies derzeit besonders rasch möglich. „Besonders dort, wo die inneren Stresssysteme überaktiviert werden, muss man gegenlenken können. Wir helfen unseren Patienten mit einem modernen, wissenschaftlich gut untersuchten, schrittweise aufbauenden Therapieprogramm, das die Selbstheilung durch Einüben einer neuen Lebenshaltung aktiviert, die wiederum ein gutes inneres Stehvermögen fördert“, erklärt Neubauer. „Patienten können sowohl stationär als auch tagesklinisch von zu Hause oder einer kostengünstigen, krankenhaushnahen Wohnmöglichkeit aus an diesem Programm teilnehmen. Unterstützt von einem Team erfahrener Spezialisten finden sie in der gut überschaubaren Patientengemeinschaft ihren ganz persönlichen Weg zum inneren Gleichgewicht.“

### **Der Weg zur Psychosomatik**

Über eine ärztliche Zuweisung erfolgt im Rahmen eines ausführlichen Gesprächs eine erste Orientierung, inwieweit das Angebot des Departments mit den Bedürfnissen des Patienten zusammenpasst. Durch die Erweiterung der Therapieplätze ist ein rascher Einstieg möglich. „Seelische Balance kann dann wiedergefunden werden, wenn Orientierung in den störenden inneren Vorgängen entsteht und aus einer Auswahl erprobter Wege ein für den Betroffenen auch tatsächlich gangbarer gefunden und beschritten wird“, bekräftigt Neubauer.

### **Bilder und Statements:**

**Bild:** KWG\_Neubauer\_Walter\_Dr\_OA\_PSO\_Erw.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

**Bildtext:** OA Dr. Walter Neubauer, Leiter des Departments für Psychosomatik für Erwachsene, Klinikum Wels-Grieskirchen

*„Seit Beginn unseres Lebens sind wir Menschen darauf angewiesen, dass unsere Bedürfnisse ausreichend erfüllt sind – sowohl die körperlichen als auch die seelischen.“*

*„Wenn diesbezüglich eine Mangelversorgung entsteht, wird ab einem gewissen Ausmaß im Körper die sogenannte Stressreaktion aktiviert.“*

*„Zu den drei unterschiedlichen seelischen Notprogrammen zählen der Rückzug ins innere seelische Schneckenhaus einer Depression, das Auftreten übertriebener Ängste und teils sehr beeinträchtigende körperliche Beschwerden als Ausdruck der Stressreaktion, für die sich keine ausreichend organische medizinische Erklärung findet.“*

*„Ist die Verzweiflung der Seele besonders groß, werden in der Symptomatik manchmal sogar mehrere*

*dieser Register gleichzeitig gezogen.“*

*„Wir helfen unseren Patienten mit einem modernen, wissenschaftlich gut untersuchten, schrittweise aufbauenden Therapieprogramm, das die Selbstheilung durch Einüben einer neuen Lebenshaltung aktiviert, die wiederum ein gutes inneres Stehvermögen fördert.“*

**Bild:** KWG\_PSO\_Erw\_Gruppe\_DSC5421.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

**Bildtext:** Neben den Fachärzten zählen Experten aus Pflege, Diätologie, Ergotherapie, Kunsttherapie, Musiktherapie, Körpertherapie und Psychotherapie zum multiprofessionellen Team der Psychosomatik für Erwachsene am Klinikum-Standort Grieskirchen.

### **Department für Psychosomatik für Erwachsene am Klinikum-Standort Grieskirchen**

Die entscheidende Frage ist, wie die eigene Seele wieder zu dem kommen kann, was sie braucht. Wenn das gefunden und zugeführt wird, stellt sich eine entsprechend positive Gefühlslage als „seelisches Feedback“ ein. Die Psychosomatik beschäftigt sich mit körperlichen, seelischen und sozialen („bio-psycho-sozialen“) Prozessen, welche die Entstehung, den Verlauf und die Bewältigung von Krankheiten und Leidenszuständen beeinflussen. Therapien werden u.a. für die Krankheitsbilder Chronische Schmerzkrankheit (Fibromyalgie), Essstörungen mit Kontrollverlust (Binge Eating Disorder) und Körperbeschwerden ohne ausreichend organische Erklärung (somatoformen Störungen) angeboten. All diese Zustandsbilder sind oft mit Angst und Depression vergesellschaftet. Patienten lernen (wieder), mit sich und ihrem Umfeld gut in Beziehung zu sein, eigene Gefühle wahrzunehmen, zu verstehen und auszudrücken, sich ihrer seelischen Bedürfnisse, der eigenen Fähigkeiten und Vorlieben bewusstzuwerden und dadurch Ziele im Leben neu formulieren zu können. Ziele sind das Entwickeln und Festigen des Selbst-Wert-Gefühls, das Bearbeiten biographischer Verletzungen und der Erwerb einer heilsamen Grundhaltung, genannt Achtsamkeit, für den konkreten Lebensalltag. Zentral ist auch, Methoden zur Regulation starker negativer Gefühle anwenden zu lernen und innere Anspannung zu reduzieren. Wenn ein Mensch wieder versteht, was seine Seele, aber auch sein Körper braucht, und lernt, zunehmend selbst wieder dafür zu sorgen, drückt sich dieser Zustand wieder in dem aus, was wir GESUNDHEIT nennen (Definition Gesundheit WHO: Körperliches, seelisches und geistiges Wohlbefinden).

Nähere Informationen → [www.klinikum-wegr.at](http://www.klinikum-wegr.at) / Medizin und Pflege / Department für

Psychosomatik für Erwachsene

#### **Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen**

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: [kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at](mailto:kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at)