

Lichter am Ende des Tunnels

Aus der Serie „Top-Ärzte der Region: Top-Psychotherapeuten“



Psychische und psychosomatische Erkrankungen sind mittlerweile in aller Munde. Die Medien berichten am laufenden Band über depressive Schauspieler, Sportler mit Burn-out-Syndrom oder suchtkranke Künstler. Aber auch in unserem nahen Umfeld ist das Thema angekommen: Nahezu jeder kennt in seinem persönlichen Bekannten- oder Freundeskreis einen Menschen, der eine psychische Störung hat – sei es nun kurzfristig und vorübergehend oder auch chronifiziert auf längere Zeit. Das liegt zum Einen an einer fortschreitenden Enttabuisierung und Akzeptanz psychischer

Erkrankungen und zum Anderen schlichtweg an der wachsenden Anzahl Betroffener. Etwa fünf Millionen Patienten in Deutschland benötigen mittlerweile eine psychotherapeutische Behandlung. Zwischen dem Auftreten der ersten spürbaren Beschwerden und dem Beginn einer adäquaten Behandlung vergehen aber nach Einschätzung von Experten im Durchschnitt fünf Jahre einer häufig leidvollen Erkrankung! Und das Krankheitsspektrum ist überaus komplex: Laut ICD-Schlüssel, der internationalen statistischen Klassifikation von Krankheiten, reichen „Psychische und Verhaltensstörungen“ von organisch bedingten Störungen und Störungen durch psychotrope Substanzen über Schizophrenie, Affektive Störungen und Neurosen bis hin zu Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen. An der häufigsten Form, der Depression, erkrankt statistisch gesehen jeder zehnte Mensch in seinem Leben einmal. Grund genug für die Weltgesundheitsorganisation (WHO), das Krankheitsbild der Depression als zentrales Problem in der Gesundheitsversorgung anzuerkennen. Entgegen der allgemeinen Abnahme von Arbeitsunfähigkeitszeiten auf dem Arbeitsmarkt legen Ausfälle aufgrund von psychischen Erkrankungen beträchtlich zu, alleine die Depression ist heute der häufigste Grund für

eine Frühberentung. Ebenfalls auf dem Vormarsch: Menschen mit Burn-out-Syndromen und Mobbing bei Menschen, die sich in ihrem Arbeits- oder auch Privatleben nicht genug anerkannt fühlen. Die Fachleute in Psychiatrie und Psychosomatik wissen, dass gerade diese Diagnosen oft einhergehen mit körperlichen Beschwerden wie allgemeine Schmerzen, Magen-Darmproblemen oder Herz-Kreislauf-Problemen und nennen dies den „Teufelskreis der gegenseitigen Bedingungen.“ Weitere Symptome von psychotherapeutisch-psychosomatischen Erkrankungen sind Angstzustände, Depressionen, Schlafstörungen, Sexualstörungen, Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit, Essstörungen oder die Arbeit als Droge („Workaholic“). Rund zehn Prozent der depressiven Kranken beenden ihr Leben durch Selbstmord. Dabei kann den meisten Patienten durch eine frühzeitige Therapie geholfen werden: Viele psychische Erkrankungen können bei niedergelassenen Fachärzten und psychologischen Psychotherapeuten ambulant behandelt werden, wobei sowohl Psychotherapie als auch medikamentöse Behandlung oft parallel notwendig sind.

Bei den psychotherapeutischen Verfahren gibt es zig Ansätze: Die Kognitive Verhaltenstherapie, bei der der Betroffene seine depressionsauslösenden Denk- und Verhaltensmuster erkennen und schrittweise korrigieren soll und die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, die unbewusste Konflikte zu Tage fördern soll, sind nur einige von ihnen. Relativ neu sind die aus den USA stammenden Annahmen der Schematherapie: Demnach manifestieren sich emotional bedeutsame und langfristige Erlebnisse in neuronalen Strukturen im Gehirn und beeinflussen das Denken und Handeln. Durch eine intensive psychotherapeutische Behandlung sollen diese Verhaltensmuster zu Tage gefördert und verändert werden. Die medikamentösen Mittel, sogenannte Antidepressiva, lassen sich grob in drei Gruppen einteilen: Selektive Serotoninwiederaufnahmehemmer (SSRI), Monoaminoxidasehemmer (MAO-Hemmer) und die mittlerweile als etwas veraltet weil nebenwirkungsreich geltenden tri- und tetrazyklischen Antidepressiva. Aufgrund ihrer geringen Nebenwirkung

Spitzenmedizin in Südwestfalen

SERIE

- 1: **Top-Herzspezialisten** – Februar
- 2: **Top-Krebsspezialisten** – März
- 3: **Top-Lungenspezialisten** – April
- 4: **Top-Leberspezialisten** – Mai
- 5: **Top-Therapie bei Infektionen** – Juni
- 6: **Top-Allergologen** – Juli/August
- 7: **Top-Psychotherapeuten** – September
- 8: **Top-Orthopäden/Physiotherapeuten** – Oktober
- 9: **Top-Dermatologen** – November
- 10: **Top-Augen- und Zahnspezialisten** – Dez./Jan.

– vor allem in Bezug auf Herz/Kreislauf – sind SSRI sehr beliebt, Männer müssen aber zum Beispiel mit Erektionsstörungen rechnen. Sie sind hier von einem Dilemma betroffen: Depressionen und Erektionsstörungen können sich wechselseitig bedingen. Wer weniger Chemie möchte, der kann auch auf alternative Mittel wie Johanniskraut oder Lichttherapie zurückgreifen, sollte sich aber unbedingt aufgrund bestimmter Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten mit einem Facharzt abstimmen. Bei fehlendem medikamentösen Behandlungserfolg werden in jüngerer Zeit wieder vermehrt elektromagnetische Stimulationen eingesetzt, die dem Patienten in Narkose zugeführt werden. Sollten alle ambulanten Therapien und Psychopharmaka keine Wirkung zeigen, bleibt noch eine Behandlung in einer psychiatrischen Klinik, in der der Patient ein strukturiertes Programm mit intensiveren psychotherapeutischen und medizinischen Maßnahmen erhält. Wir stellen Ihnen eine Reihe von Experten aus Südwestfalen vor, die von ganz unterschiedlichen Krankheitsbildern und ihren Behandlungsmethoden berichten.

Dr. med. Manfred Max Hummel

Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des St.-Johannes Hospital in Arnsberg-Neheim



Bereits seit 17 Jahren leitet Chefarzt Dr. Manfred Max Hummel die Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des St.-Johannes Hospital in Arnsberg-Neheim. In

der Klinik mit 80 Betten wird die gesamte Breite des Fachgebietes mit sämtlichen Schweregraden behandelt. Jährlich werden etwa 1.000 Patienten stationär aufgenommen und zirka 2.000 ambulante Behandlungen durchgeführt. Auch weiterführende internistische, neurologische, geriatrische und radiologische Untersuchungen einschließlich der strahlenlosen und schmerzfreien Untersuchung des Gehirns durch MRT – zum Beispiel als Diagnoseinstrument bei organischen Gedächtnisstörungen –, kann sein Team kurzfristig im Haus durchführen. Dr. Hummel hat sich als renommierter Kliniker und national wie auch international als

Wissenschaftler ausgewiesen. Er ist „Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie“ und „Facharzt für Neurologie und Psychiatrie/Psychotherapie“ und hat in seiner Privatambulanz einen Schwerpunkt in der biologischen Psychiatrie, der Tiefenpsychologie und dem Coaching von Führungskräften. Zu seiner Klientel zählen Politiker, Staatsanwälte, Richter, Ärzte und Manager größerer Unternehmen. „Insbesondere Führungskräfte begeben sich in Gefahr, stets zu überfordern, da sie es sind, die Richtlinien vorgeben und hohe Verantwortung tragen, aber kaum die Möglichkeit haben, sich bei belastenden Ereignissen anderen Menschen anzuvertrauen und beraten zu werden, vor allem bei einer Karriereplanung oder einer beruflichen Neuorientierung. Für sie kann ein Coaching eine professionelle Hilfe aus Konflikten und ein Gewinn an neuer Lebensfreude bedeuten, wie dies für Patienten eine entsprechende Psychotherapie kann“, erklärt der Experte. Coaching bei Führungskräften wird bei Dr. Hummel als sehr sensibler, individueller Beratungsprozess zur Analyse und lösungsorientierten Strukturierung von Kompetenzbereichen und Konfliktfeldern durchgeführt. Hierauf aufbauend soll der Coachee durch eine Weiterentwicklung seines Profils auch in die Lage versetzt werden, Bedürfnisse von Mitarbeitern, aber auch von sich selbst und seinen Angehörigen sensibler zu erfassen. Anschließend findet eine wertneutrale Betrachtung zwischen den geforderten (Führungs-) Funktionen und den damit im Zusammenhang stehenden Personen und Entscheidungen statt, um Ressourcen zu verbessern und künftig aktiv Veränderungen vorzunehmen, die persönlich zufriedener machen.

Dr. Rüdiger Holzbach

Chefarzt der Abteilung Suchtmedizin der LWL-Klinik Lippstadt



„Alkohol ist in unserer Gesellschaft allgegenwärtig. Zum fröhlichen Beisammensein, zum Abschalten nach einem anstrengenden Tag oder auch um kreativer zu sein – Alkohol

hat viele 'Einsatzgebiete' und viele Facetten. Seltsamerweise kommt man genauso in Erklärungszwang, wenn man keinen Alkohol trinkt, wie wenn man zu viel Alkohol trinkt“, ▶

Das intelligente Gebäude: sicher zentral übersichtlich

- Elektro-Basisinstallationen
- Gebäudesystemtechnik (EIB/KNX)
- Sicherheitstechnik
- Regelungstechnik



Foto: © Fotolia

SCHAWAG

Technik und Service

Dipl.-Ing. Ralf Schawag
In der Bommecke 18
58840 Plettenberg
Tel: 0 23 91 / 5 07 38
www.schawag.de

WILLECKE

IT Beratung und Entwicklung



„Wir wissen wie ...
IT für Sie“

- Individuelle Softwareentwicklung
- Customer-Relationship-Management (CRM)
- Groupware Lösungen
- Dokumentenmanagement (DMS)
- Content-Management (CMS)

Willecke IT Beratung und Entwicklung

Am Teckelsberg 44a ■ 59846 Sundern
Telefon: 02933/922070 ■ Telefax: 02933/922071
www.willecke.com ■ info@willecke.com

SWM-QUICKIE

10 Fragen an...



... Wolfgang Brück

Wolfgang Brück ist seit 2002 geschäftsführender Gesellschafter der Iserlohn Roosters und seit Jahrzehnten mit dem Eishockeysport im Sauerland eng verbunden. Mit akribischer Arbeit im sportlichen und wirtschaftlichen Bereich hat er geschafft, die Roosters im Kampf mit den „Großen“ der Deutschen Eishockey-Liga zu etablieren. Wolfgang Brück war sechs Jahre lang Vizepräsident des Deutschen Eishockey-Bundes (DEB). Er ist 49 Jahre alt, kommt gebürtig aus Hagen, ist verheiratet, hat einen Sohn, macht gerne Sport, reist gerne und freut sich auf die neue Eishockey-Saison.

Autoritärer oder demokratischer Führungsstil?
Demokratischer

Fanblock oder Business-Loge?
Beides

Aktie oder Sparbuch?
Aktie

BMW oder Mercedes?
Mercedes

Schnürschuh oder Slipper?
Slipper

Alpen oder Balearen?
Alpen

Bratwurst oder Kaviar?
Bratwurst

Traumschiff oder Tatort?
Tatort

Stadtwald oder Fitness-Studio?
Beides

Heidi Klum oder Naomi Campbell?
Die Frage streichen wir – ich bin verheiratet

stellt der Chefarzt der Abteilung Suchtmedizin in der LWL-Klinik Lippstadt, Dr. Rüdiger Holzbach, fest. „Wenn der Alkoholgenuss zum selbstverständlichen, nahezu täglichen Begleiter wird und häufiger und mehr getrunken wird, als man sich vorgenommen hat, stellt sich die Frage, wie man in Zukunft mit dem Alkohol umgehen möchte. Bewährte Hilfsangebote wie Selbsthilfegruppen, Hausarzt oder Beratungsstelle möchte nicht jeder in Anspruch nehmen, und einen stationären Entzug im Krankenhaus können sich viele Menschen aus beruflichen oder auch privaten Gründen nicht leisten“, ergänzt er. Diese Lücke schließt der ambulante Alkoholentzug, ein neues Behandlungsangebot der LWL-Klinik in Lippstadt-Benninghausen. Neben der medizinischen Überwachung und Behandlung des Entzuges bietet das Team um Dr. Holzbach begleitend eine psychotherapeutische Beratung und Behandlung des Alkoholproblems an. Ziele der psychotherapeutischen Maßnahme sind die Klärung des eigenen Hilfebedarfs und die Einleitung beziehungsweise Vermittlung in gegebenenfalls weitergehende unterstützende Maßnahmen. Ergänzt wird dieses - sonst nur in wenigen Großstädten in Deutschland angebotene - Konzept durch Akupunktur und Kennenlernen einzelner Hilfsangebote bereits im Rahmen der Entzugsbehandlung. Der Ablauf des ambulanten Entzugs ist wie folgt: „Üblicherweise beginnt das Behandlungsprogramm mit einem ambulanten ärztlichen Vorgespräch, bei dem die individuelle Situation besprochen wird und eine erste Beratung erfolgt. Während der psychotherapeutisch begleiteten Entzugsbehandlung kommt man in der Früh zur medizinischen Überwachung in die Klinik, erhält gegebenenfalls eine medikamentöse Behandlung gegen die Entzugserscheinungen oder psychischen Beschwerden und auf Wunsch Akupunktur. Zweimal pro Woche kann optional an einer Gruppenpsychotherapie teilgenommen werden. Je nach gewähltem Maßnahmenpaket verbringt man eine dreiviertel bis drei Stunden in der Klinik und geht anschließend wieder nach Hause. Die Behandlung insgesamt erstreckt sich über ein bis zwei Wochen“, erklärt Dr. Holzbach das Konzept.

Dr. Ewald Rahn

Chefarzt der Allgemeinpsychiatrie der LWL-Klinik Warstein

„Gegenwärtig leiden in Deutschland etwa vier Millionen Menschen an einer Depression. Sie ist heute der häufigste Grund für eine Frühberentung. Entgegen dem allgemeinen Trend



auf dem Arbeitsmarkt nehmen Arbeitsunfähigkeitszeiten bedingt durch psychische Störungen, allen voran die Depressionen, zu. In den letzten Jahren treten gehäuft auch Arbeitsstörungen

auf bei Menschen mit Burn-out-Syndromen und Symptome von Mobbing bei Menschen, die sich in ihrem Arbeits- oder auch Privatleben nicht genug anerkannt fühlen“, berichtet der Chefarzt der Allgemeinpsychiatrie in Warstein, Dr. Ewald Rahn. Einen Grund für den Anstieg depressiver Erkrankungen sieht der Experte unter anderem in den geänderten Anforderungen in der Arbeitswelt: „Arbeit an sich ist sehr wichtig und sinnstiftend, sie gibt uns Struktur und Sicherheit. Wenn aber inzwischen immer mehr sogenannte neue atypische Beschäftigungsformen wie Leiharbeit, Zeitarbeit, geringfügige Beschäftigung oder befristete Verträge an Quantität gewinnen, führt dies auch zur Verunsicherung von Beschäftigten und deren Familien. Diese Form der Beschäftigung betrug im Jahre 1997 17,5 Prozent aller Arbeitsverhältnisse, im Jahre 2007 waren es schon 25,5 Prozent!“, erklärt er. „Parallel benötigen immer mehr Menschen für ihren Lebensunterhalt und zum Erhalt des Lebensstandards mehrere Jobs oder zusätzliche Unterstützung. So seien im Jahr 2007 knapp 1,1 Millionen so genannte ‚Aufstocker‘ registriert gewesen, im Jahre 2008 waren es schon 1.352.500.“ In Kombination mit einer Vielzahl von körperlichen und psychischen Faktoren und weiteren sozialen Belastungen können dadurch depressive Krankheitsbilder hervorgerufen oder bestehende verschlimmert werden. Dabei kann den meisten Patienten durch eine frühzeitige Therapie geholfen werden. In der LWL-Klinik Warstein werden schon seit mehr als zehn Jahren Kompetenzen bei der Behandlung von depressiven Krankheitsbildern in einer speziellen Depressionsstation gebündelt. „Sowohl in Warstein als auch in der Partnerklinik in Lippstadt verfügt die jeweilige Depressionsstation über extra ausgebildete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, über ein breites Spektrum an therapeutischen Möglichkeiten inklusive Einzel-, Gruppen- und Familientherapie. Selbstverständlich beziehen wir bewegungstherapeutische Angebote, Tanztherapie und Ergotherapie mit ein und legen viel Wert auf die Aktivierung unserer Patienten, wobei wir

deren verbliebene Stärken und sozialen Bezüge im Umfeld - Angehörige, Arbeitskollegen, und Arbeitgeber – mit einbeziehen und eine förderliche Wegweisung für die Zeit nach der stationären Behandlung erreichen wollen“, beschreibt Dr. Rahn die wesentlichen Prinzipien der Behandlung. Dazu gehört auch, dass die spezialisierten Depressionsstationen in letzter Zeit zunehmend kooperieren mit den Allgemeinkrankenhäusern in Warstein, Meschede, Soest und Lippstadt, wenn Patienten mit chronischen Schmerzproblemen, Krebserkrankungen, Herzkreislaufstörungen und Diabetes psychische Probleme haben. „Über die Behandlung einzelner Patienten hinaus nimmt unsere Klinik auch die gesellschaftliche Herausforderung an, vorbeugende und sozialmedizinische Impulse zu stärken: Wir initiieren und unterstützen betriebliches Gesundheitsmanagement und bringen unseren Patienten bei, wie sie sich präventiv schützen können vor erneuten Krankheitsepisoden. Damit schauen wir über den eigenen Tellerrand hinaus und nehmen auch gesamt-gesellschaftliche Verantwortung zunehmend wahr“, so Dr. Josef Leßmann, der Ärztliche Direktor der Klinik.

Priv.-Doz. Dr. med. Stefan Bender

Ärztlicher Direktor der LWL-Kliniken Marsberg



Die LWL-Kliniken Marsberg, Einrichtungen des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL), sind ein modernes psychiatrisch-psychotherapeutisches Behandlungszentrum mit einem umfassenden und hochdifferenzierten Angebot an stationären, teilstationären und ambulanten Behandlungsmöglichkeiten für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. „Wir verstehen uns als regionales Kompetenzzentrum für seelische Gesundheit. In unserer Klinik für Erwachsene können Menschen mit allen psychischen Störungen gemeindenah und bedarfsgerecht behandelt werden. Es bestehen neben 115 vollstationären und jeweils 15 tagesklinischen Behandlungsplätzen in Marsberg und Bad Fredeburg 30 Plätze für Medizinische Rehabilitation und eine große Institutsambulanz. Bei uns arbeiten ärztliche und psychologische Psychotherapeuten mit schwerpunktbezogenen

Zusatzausbildungen“, beschreibt Dr. Bender die Einrichtung. Im stationären Bereich setzt die erwachsenenpsychiatrische Klinik einen besonderen Schwerpunkt auf die Psychotherapie von Depressionen, vor allem im höheren Lebensalter. Auf der Basis eines multimodalen Therapieprogramms wird dabei eine kognitive Verhaltenstherapie durch Bewegungstherapie, Aromatherapie, Genusstraining, Ergotherapie und Entspannungsgruppen ergänzt. Eine Therapie für psychisch traumatisierte Menschen stellt ein weiteres spezielles stationäres Behandlungsangebot dar. Hierbei wird in einem schulenübergreifenden Behandlungsansatz eine Traumatherapie mit imaginativen, integrativen und konfrontativen Techniken angeboten. Die Medizinische Rehabilitation abhängigkeitskranker Menschen ist ebenfalls ein Schwerpunkt des psychotherapeutischen Behandlungsangebots. „In einem Modellprojekt findet hier deutschlandweit erstmalig die Entwöhnungsbehandlung nicht nach Suchtstoffen getrennt, sondern suchstoffübergreifend für alkohol-, medikamenten- und drogenabhängige Patienten gemeinsam statt“, erklärt Doktor Bender. Psychotherapie, Psychoonkologie, die Behandlung von Depressionen, die Behandlung von Angststörungen und die Behandlung kognitiver Einbußen, z.B. des Gedächtnisses oder der Aufmerksamkeit, sind psychotherapeutische Behandlungsschwerpunkte der Klinikambulanz. Eine Besonderheit der Psychotherapie besteht in der Möglichkeit zur Erstversorgung traumatisierter Menschen innerhalb eines Werktages. „So haben wir z.B. nach den dramatischen Ereignissen bei der Love-Parade in Duisburg mehreren Betroffenen ganz kurzfristig und unkompliziert Hilfe anbieten können.“ Mit der psychoonkologischen Beratung und Behandlung bietet die Ambulanz ein Unterstützungsangebot für an Krebs erkrankte Menschen sowie deren Angehörige beim Umgang mit möglichen psychischen Belastungen an. Bei der ambulanten Therapie von Depressionen wird in Marsberg der Schwerpunkt auf eine engmaschige Abstimmung zwischen Verhaltenstherapie und gegebenenfalls medikamentöser Behandlung gelegt. Auch die Therapie von Angststörungen erfolgt nach einem verhaltenstherapeutischen Behandlungskonzept. In der neuropsychologischen Ambulanz „Memo-Fit“ wird Menschen mit kognitiven Störungen, z.B. nach Schädel-Hirn-Verletzung, und deren Angehörigen in Einzel- oder Gruppengesprächen dabei geholfen, die Krankheit besser zu verarbeiten.

Thomas Corrinth | tc@sww-redaktion.de

SÜDWESTFALEN-CONSULT GMBH
Unternehmensberatungsgesellschaft

Starke Partner für anspruchsvolle Mandanten

Seit dem 1. April 2010 bildet die SÜDWESTFALEN-CONSULT GMBH Unternehmensberatungsgesellschaft einen weiteren Kompetenzbaustein innerhalb der FRIEBE - PRINZ + PARTNER Gruppe.

Unsere Beratungsfelder sind insbesondere

Controlling, Finanz- und Rechnungswesen:

- Externes Controlling für KMU
- Beteiligungscontrolling
- Überprüfung/Anpassung der Betriebsabrechnung
- Durchführung/Begleitung von Restrukturierungsprojekten
- Verbesserung des Ratings
- Aufbereitung der Unternehmensdaten für Finanzierungspartner
- Treasury, Liquiditätssicherung
- Förderungen und Zuschüsse
- Inventurmanagement
- Anreizsysteme für leitende Mitarbeiter

Unternehmensführung und Organisation

- Unternehmensanalyse
- Strategische Unternehmensplanung
- Aufbau/Implementierung von Risk- und Chancen-Management-Systemen
- Management auf Zeit
- Aufbau- und Ablauforganisation
- Prozessoptimierung

Ihr Ansprechpartner:

DIPL.-BETRIEBSW. PEER PRAMANN
Geschäftsführer



Parkstraße 54
58509 Lüdenscheid
Tel: (0 23 51) 15 33 - 88
Fax: (0 23 51) 15 33 - 80

E-Mail: ubg@suedwestfalen-consult.de
Internet: www.suedwestfalen-consult.de
AG Iserlohn HRB 7042