DERMAKUT

November 2019

Dermato-psychosomatik

PSORISOL®
HAUTKLINIK
Kompetenz hautnah

Fachklinik für Dermatologie & Allergologie, Kinderdermatologie, Dermatochirurgie und Dermatopsychosomatik

Patientenorientiert. Interdisziplinär.

Zugelassen für alle gesetzlichen Krankenkassen und Privatversicherungen.

Leitende Ärztin Dermatopsychosomatik

Andrea Eisenberg

Fachärztin für Psychotherap. Medizin
Fachärztin für Innere Medizin

Die „Dermatopsychosomatik“ ist auf die Wechselwirkungen zwischen Haut und Psyche spezialisiert:

Dermatologisch kranke Menschen sind, wie alle chronisch Kranken **besonderen Belastungen im Alltag** ausgesetzt und brauchen, um gut im privaten und Berufsleben zurecht zu kommen, gute Bewältigungsstrategien zum Umgang mit ihrer Erkrankung. **Psychosomatiker sprechen vom „somato-psychischen“ Zusammenhang**: Aufgrund der erhöhten Belastung kann es zu Ängsten oder Erschöpfung/Überforderung kommen. Häufig sind dies bei chronisch hautkranken Menschen soziale Ängste, die sich aufgrund der Reaktionen des Umfeldes auf die Hautveränderung entwickeln – Fremdstigmatisierung ist eine wichtige Ursache für ein reduziertes Selbstwertgefühl. Aber auch krankheitsbezogene Ängste – z. B. vor Verschlechterung im weiteren Krankheitsverlauf – bis hin zu spontanen Panikattacken können auftreten. Die ständige Anforderung, sich um die chron. Krankheit zu kümmern und dies mit dem privaten und beruflichen Alltag zu verbinden, kann zu einer Erschöpfungsdepression/Burnout führen, zumal kein Ende der Erkrankung absehbar ist. Die scheinbare oder reale Unberechenbarkeit einer Krankheit führt zu Hilflosigkeit beim Betroffenen und ist damit ein Prädiktor für die Entwicklung einer Depression.

Dem trägt die Dermatopsychosomatik mit einem neuen Behandlungsangebot, das Patienten im Umgang mit ihrer Krankheit und den Folgen stärkt, Rechnung. Im Rahmen einer solchen Behandlung wird zunächst die individuelle Situation des einzelnen Patienten analysiert. Es folgen Einzelgespräche, die sich auf die individuellen Belastungsfaktoren beziehen, übende Gruppentherapien, wie z. B. Entspannungstraining oder soziales Kompetenztraining (zum selbstsicheren Umgang mit der chron. Krankheit). Im Rahmen der sog. „Edukation“ wird vertieft auf die Hautbasispflege eingegangen, und es werden Basismaßnahmen zu psychosomatischen Themen, wie Stressbewältigung, Schlafhygiene, Umgang mit Ängsten oder depressiver Symptomatik erarbeitet. Kunsttherapie, Imaginationsübungen, Bewegungstherapie und Yoga helfen den Betroffenen, mit der Belastung aufgrund der Hautkrankheit besser umgehen zu können und wieder Zugang zu ihren Ressourcen zu bekommen. Für ein solches Behandlungsziel ist ein Zeitraum von 3-6 Wochen notwendig, abhängig von der Schwere der Symptomatik und von dem detaillierten Anliegen des einzelnen Patienten.

Aber es gibt auch umgekehrt **Auswirkungen des seelischen Befindens auf die Haut (psycho-somatischer Zusammenhang)**:
So wirken sich Stress, Ängste und Depression auf die Hautsymptomatik und -befindlichkeit aus. Manchmal sind diese Stressoren für den Betroffenen klar erkennbar, manchmal ist die Haut aber auch der „Spiegel der Seele“ für Belastungen, die der Betroffene selbst nicht zu benennen vermag, weil er sie vielleicht schon so lange mit sich trägt, dass er sich an sie gewöhnt hat.
Wenn eine vertiefte Bearbeitung ansteht, bei der vielleicht noch unbewusste Anteile, die Stress und Belastungen verstärken, in der Selbstfürsorge behindern oder sogar krankheitsauslösend sind, behandelt werden sollen, ist in der Regel eine längere Behandlungsdauer erforderlich. Im Rahmen einer ca. 6 – 10-wöchigen Behandlungsdauer lassen sich sogenannte eigene „zentrale Muster“ (psychodynamisch „Konflikte“ genannt) erarbeiten, die das Verhalten und Erleben eines jeden Menschen steuern und die im ungünstigen Fall zu Stress oder Angst führen. Bei diesem Behandlungs-Konzept haben die sogenannten „non-verbalen“ Behandlungsmethoden einen etwas größeren Anteil: So findet auch ein tanztherapeutischer Behandlungsansatz statt oder es werden Familienaufstellungen für ein vertieftes Verständnis des eigenen Verhaltens und zur Veränderung desselben durchgeführt. Auch während dieser sog. „aufdeckenden“ psychotherapeutischen Arbeit achten wir auf eine Stärkung der Ressourcen des Einzelnen.

Begleitend erfolgt stets eine dermatologische Mitbehandlung durch regelmäßige wöchentliche Visiten und die verordneten Therapien, wie Cremen, Lichttherapie, Sole, … . Die Patienten erlernen außerdem Umgangsstrategien mit ihrer Symptomatik zum besseren Krankheitsmanagement sowie Techniken zur Förderung der Entspannungsfähigkeit. Da körperliche Aktivität auch einen Schutzfaktor für Depression und Ängste bildet, ist regelmäßige Bewegungstherapie ebenfalls Teil der Behandlung.

Konkret können wir Ihren Patienten Unterstützung anbieten, falls …

- sie aufgrund von **Stress**, zwischenmenschlichen Konflikten oder anderen psychischen Belastungen eine **Verschlechterung ihres Hautbildes** erleben
- ihre **Haut reagiert, ohne dass organische Ursachen gefunden wurden**, welche die körperlichen Symptome ausreichend erklären und unbewältigte Stressoren als Ursache in Betracht kommen
- die **Hauterkrankung zum hochgradigen eigenständigen Belastungsfaktor** geworden ist
- **Impulskontrollprobleme** (wie Skin-Picking), zwanghaftes Aufkratzen oder auch eine Hautschädigung aufgrund eines Waschzwanges vorliegen

Im Vorfeld sollte immer eine dermatologische Abklärung erfolgt sein. Bei Allergien/Unverträglichkeiten ist eine vorangegangene diagnostische Klärung zusätzlich erforderlich, da die vollständige allergologische Diagnostik zeitlich so umfangreich sein kann, dass eine psychotherapeutische Behandlung daneben meist keinen Raum hat.

INTERESSE?
So können Sie uns erreichen:

Terminvereinbarung telefonisch unter 09151 729-280 oder per Mail: dermapsy@psorisol.de

Wenden Sie sich vertrauensvoll an uns!

PsoriSol®
HAUTKLINIK

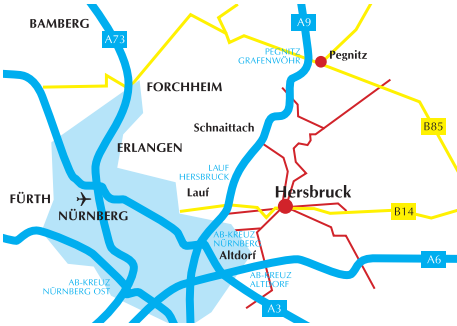
www.psorisol.de

Solebad

2-Bett-Zimmer »Dermatopsychosomatik«

Medizinische Schwerpunkte der PsoriSol®:

- Psoriasis vulgaris (Schuppenflechte)
- Atopische Dermatitis (Neurodermitis)
- Autoimmunerkrankungen der Haut
- Dermatochirurgie: Hauttumoren/Ulcus cruris (offenes Bein)
- Urticaria (Nesselsucht)
- Mastozytose
- Kinderdermatologie (Hauterkrankungen bei Kindern)
- Nahrungsmittelallergien & Nahrungsmittel-unverträglichkeiten
- Ultra-Rush-Hyposensibilisierung bei Wespen-/Bienengiftallergie
- Dermatopsychosomatik



PsoriSol® Hautklinik GmbH
Fachklinik für Dermatologie
& Allergologie, Kinderdermatologie,
Dermatochirurgie und
Dermatopsychosomatik

Mühlstraße 31
91217 Hersbruck

Telefon: 09151 729-0
E-Mail: info@psorisol.de

www.psorisol.de

Kennziffer Krankenhausplan des Freistaates Bayern Nr. 57409.

Alle Angaben in dieser Broschüre sind geschlechtsneutral und gelten sowohl für die weibliche als auch die männliche Form.

Werbeagentur: www.ad-concepts.de · Fotos: Arno Thelen, Foto Steinbauer GmbH