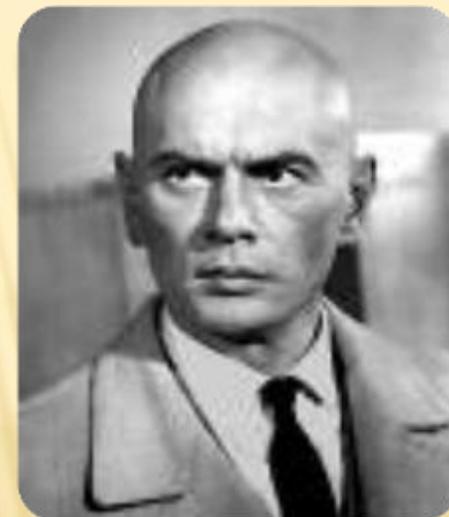


Wenn die Angst am Lebensende zunimmt

Prof. Dr. Borwin Bandelow
Universitätsmedizin Göttingen
Klinik für Psychiatrie und
Psychotherapie



Alliumphobie
Aulophobie
Zemmiphobie
Peladophobie
Paraskavedekatriaphobie
Anatidaephobie
Arachibutyrophobie
Hippopotamomonstrosesquipedaliophobie ... vor langen Wörtern

Furcht vor Knoblauch
... vor Flöten
... vor Maulwürfen
... vor Glatzköpfigen
... vor Freitag, dem 13.
... von Enten angestarrt zu werden
... vor Erdnussbutter, die am Gaumen festklebt

Die sieben größten Ängste der Deutschen 2021

- 1 Steuererhöhungen/Leistungskürzungen durch Corona 53 %
- 2 Steigende Lebenshaltungskosten 50 %
- 3 Kosten für Steuerzahler durch EU-Schuldenkrise 50 %
- 4 Überforderung des Staats durch Geflüchtete 45 %
- 5 Schadstoffe in Nahrungsmitteln 43 %
- 6 Pflegefall im Alter 43 %
- 7 Spannungen durch Zuzug von Ausländern 42 %



UNTERSCHIEDUNG REALE/UNBEGRÜNDETE ANGST

Reale Angst

- ✗ Unfall
- ✗ Krankheit
- ✗ Verlust von Angehörigen
- ✗ Krieg, Terrorismus
- ✗ Geldverlust



Angststörungen

- ✗ Angst vor Fußgängerzonen
- ✗ Fahrstühlen
- ✗ Mäusen



ANGSTSTÖRUNGEN



Spez. Phobie



Panikstörung



Agoraphobie



Generalisierte
Angststörung



Soziale Phobie



Trennungsangst

PANIKATTACKEN

Herzrasen



Brustschmerz, Engegefühl
Atemnot

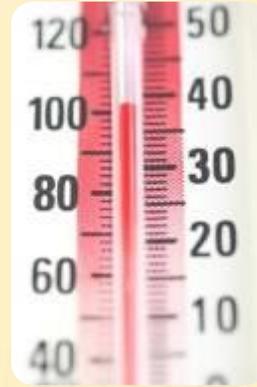
Erstickungsgefühl



Angst, die Kontrolle zu verlieren

Angst, wahnsinnig zu werden

Angst zu sterben



Hitzewallungen,
Kälteschauer



Schwindel

Ohnmachtsgefühl

Mundtrockenheit

Zittern

Taubheit/Kribbeln

Depersonalisation/
Derealisation



AGORAPHOBIE



Allein zu
Hause sein

Menschenmengen



Versammlungen



Öffentliche Verkehrsmittel

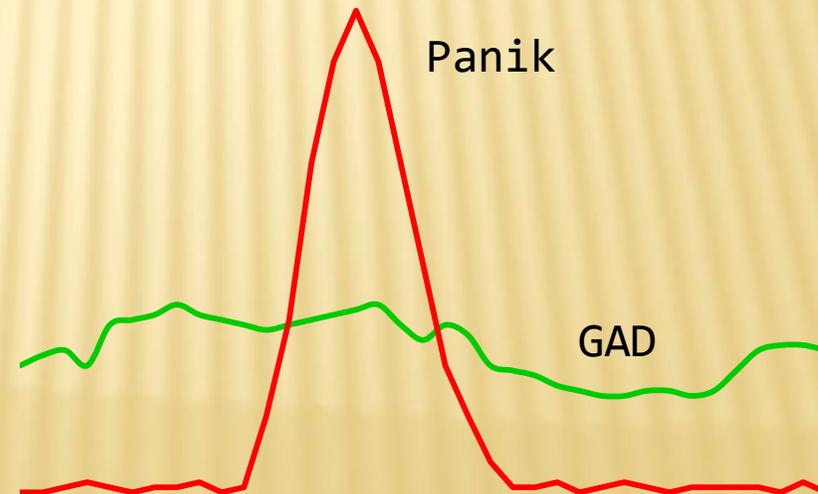


Stau

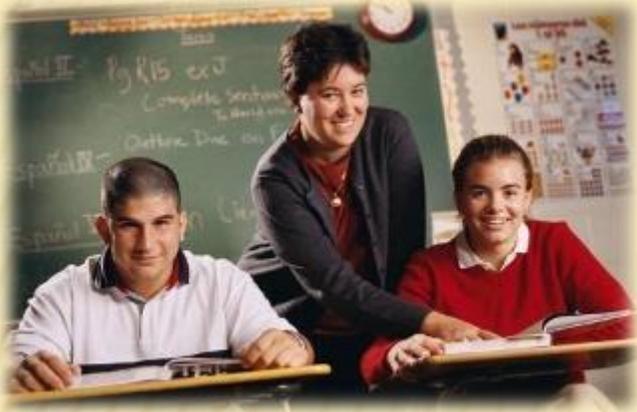


Generalisierte Angststörung

- körperliche Symptome: Herzrasen, Zittern, Schwitzen, Muskelverspannungen
- Psychische Angstsymptome: Unruhe, Energieverlust, Schlafstörungen
- Angst nicht attackenförmig, sondern andauernd
- ständig Besorgnisse und Vorahnungen (z.B. dass Verwandten etwas zustoßen könnte)
- Vermeidung bzw. Aufschiebung gefürchteter Situationen



SOZIALE PHOBIE



Schule



In der Öffentlich-
keit essen



Im Mittelpunkt
stehen

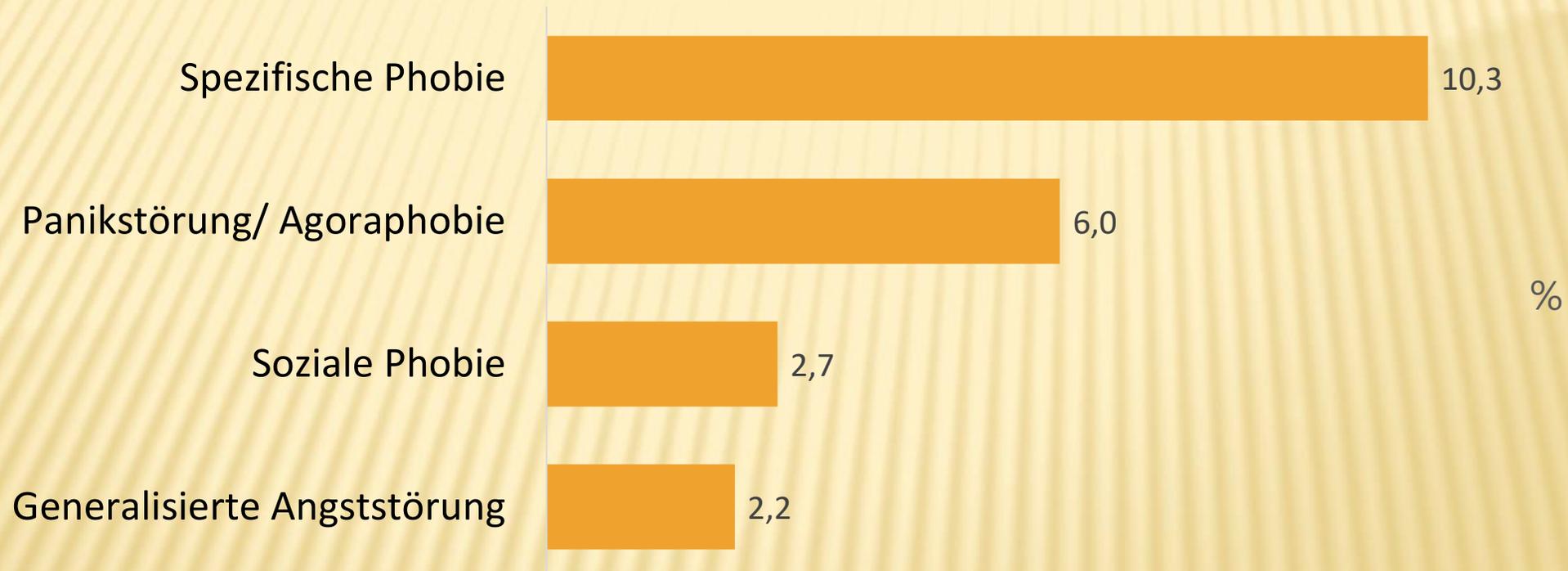


Angst in (kleinen)
Menschengruppen



Kontakt mit dem anderen Geschlecht

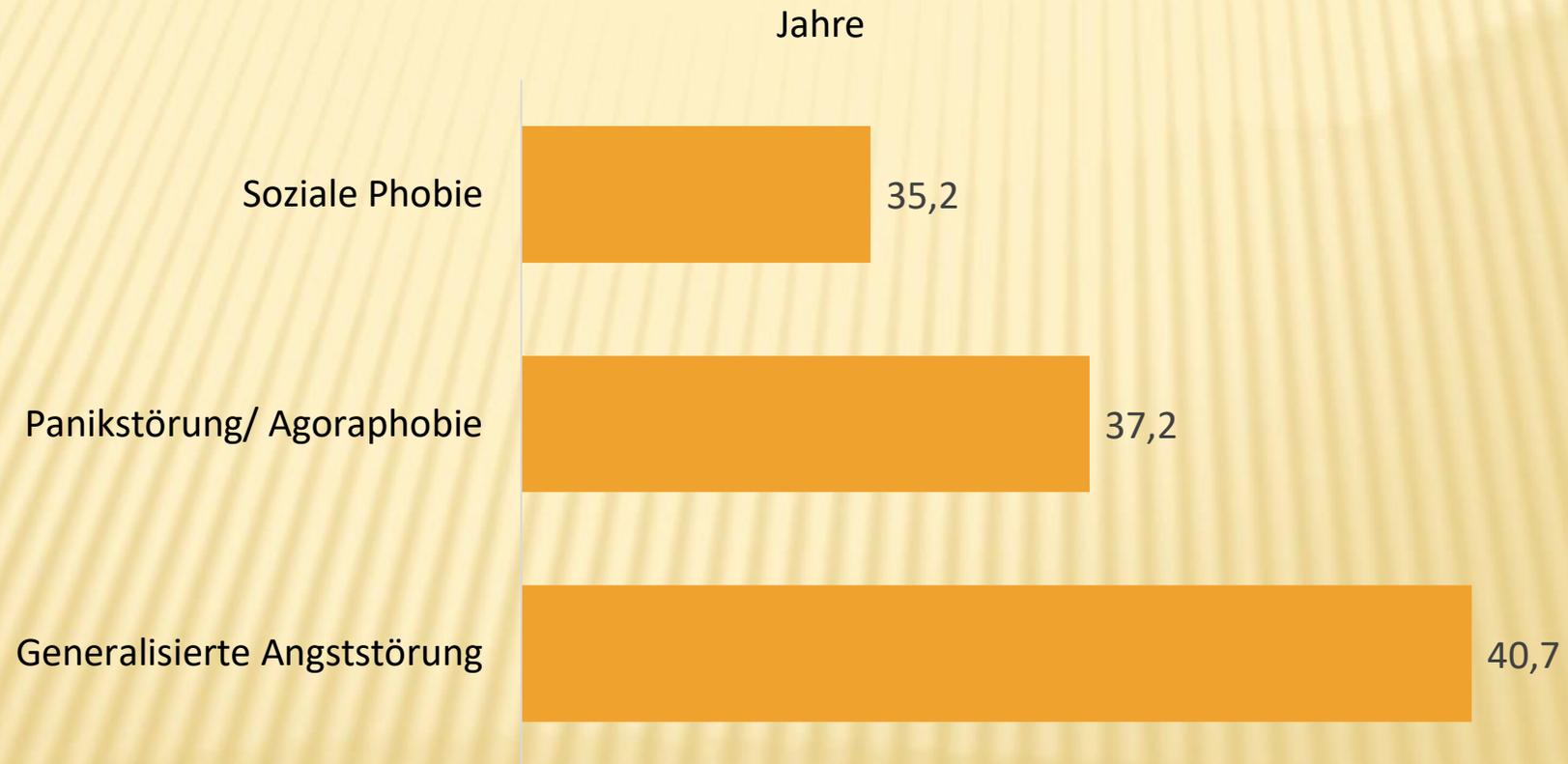
ANGSTERKRANKUNGEN 12-MONATS-PRÄVALENZ (%)



Irgendeine Angststörung: 15,3 %

Frauen: 21,3 %, Männer: 9,3 %

ANGSTERKRANKUNGEN MITTLERES ALTER (DATEN AUS KLINISCHEN STUDIEN)



- Angsterkrankungen nehmen im Alter ab
- Die häufigste Angsterkrankung bei älteren Menschen ist die generalisierte Angststörung

	Gesamt	Männer	Frauen	Altersgruppe			
				18–34	35–49	50–64	65–79
Irgendeine Angststörung (F40, F41)	15,3	9,3	21,3	18,0	16,2	15,3	11,0

12-Monats-Prävalenz von Angststörungen (nach M-CIDI/DSM-IV TR) in der Bevölkerung, gewichtete Daten, Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland, Robert-Koch-Institut (DEGS1-MOH; N=5318) (Jacobi et al., 2014)

ANGST IM ALTER

- × Einsamkeit
- × Verlust des Lebenspartners
- × Krankheit, Tod
- × Angst, ein Pflegefall zu werden
- × Geldverlust
- × Angst, nicht mehr gebraucht zu werden



Johanniskraut



Verhaltenstherapie

Power-Yoga



Psychoanalyse



Homoöopathie



EMDR



Lavendelöl



Sport



Körpertherapie



Reiki



Biofeedback

Heilen tut uns Gott allein –

Der Arzt streicht nur die Spesen ein

Deutsche S3-Leitlinie Angststörungen 2021

Psychotherapie

- 1. Wahl: kognitive Verhaltenstherapie

Medikamente

- 1. Wahl: SSRIs, SNRIs

Bandelow B, et al. (2021). www.awmf.org



Generelle Probleme bei der psychopharmakologischen Behandlung von psychischen und Verhaltenssymptomen (II)

- Sedierende Medikamente möglichst vermeiden, da verschlechterte Kognition und erhöhte Sturzgefahr
- Für ältere Patienten nicht geeignete Medikamente: PRISCUS-Liste (www.priscus.net)
- In der Regel muss beim älteren Patienten deutlich niedriger dosiert werden (Lithium: in der Regel halbe Dosierung!)
- Multipharmazie bei Multimorbidität: Der Patient und seine Bezugspersonen verlieren die Übersicht, besonders bei Behandlung durch mehrere Ärzte
- Erhöhte Empfindlichkeit für Blutbildschäden
- Paradoxe Reaktion (Unruhe) und Sturzgefahr bei Benzodiazepinen

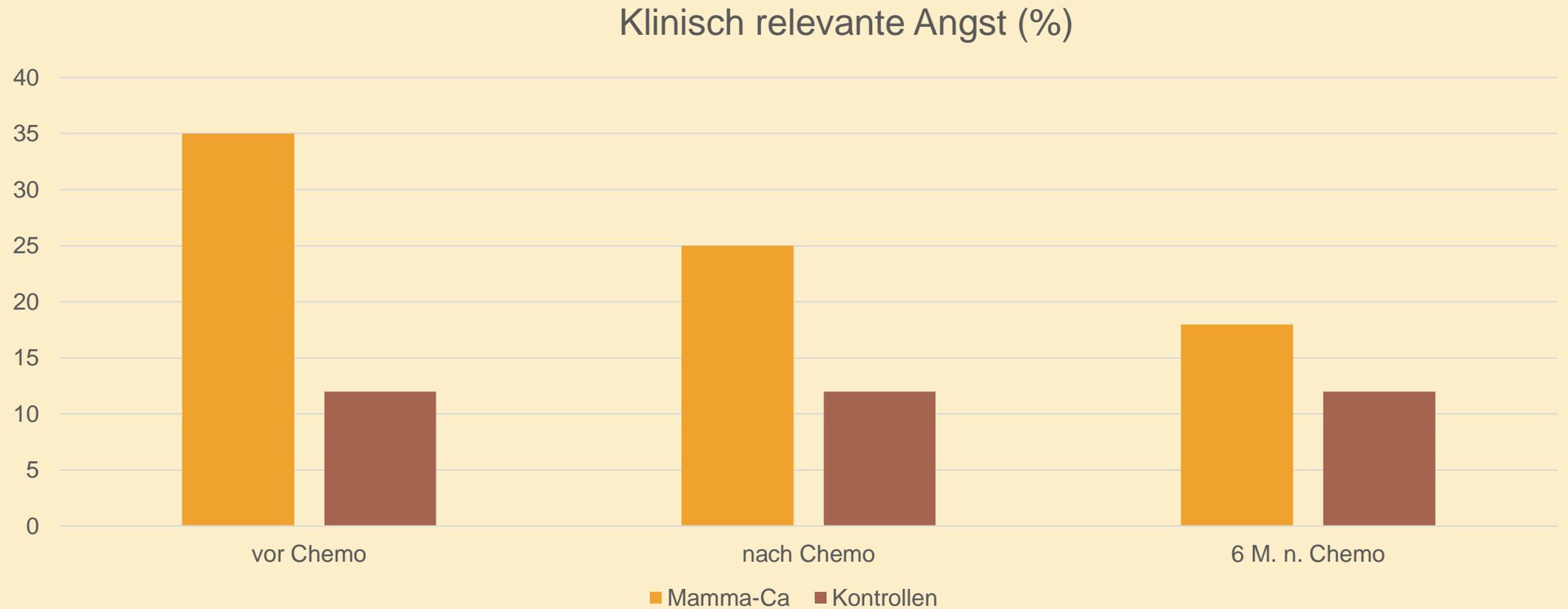
Anwendung von Psychopharmaka in der gerontopsychiatrischen Behandlung - Probleme

Substanzgruppe	Probleme
Benzodiazepine	paradoxe Unruhe, Atemdepression, keine antipsychotische Wirkung
Antipsychotika	orthostatische Dysregulation, anticholinerges Delir (niedrigpotente NL) Schlaganfallrisiko (Risperidon, Olanzapin, Aripiprazol, Haloperidol?) QTc-Verlängerung (Clozapin, Ziprasidon, u.v.a.) Agranulozytoserisiko verdoppelt: Clozapin
Trizyklische Antidepressiva	orthostatische Dysregulation, anticholinerges Delir
Anticholinergika	anticholinerges Delir

Medikamente bei Angst im Alter

- Akute Angstzustände: Melperon
- Generalisierte Angststörung: SSRI Sertralin o.a.
- Psychotische Angst bei Delir: Risperidon
- Angst in palliativen Situationen: Benzodiazepine

ANGST BEI KREBSPATIENTEN



Williams et al. 2021

ENDORPHINE

- ✘ Endorphine sind Hormone, die im Endogenen Opiatsystem (EOS) = Belohnungssystem des Gehirns wirken.
- ✘ Wenn ein Lebewesen ein primäres Bedürfnis befriedigt (Essen, Trinken, Sex), werden Endorphine ausgeschüttet
- ✘ Sie docken an Opiatrezeptoren an.

- ✘ Das Andocken führt zu Wohlgefühl und Euphorie.
- ✘ Endorphine werden in auch in Stresssituationen ausgeschüttet (Kampf, Flucht, Hunger).
- ✘ Sie führen dann zu Schmerzfreiheit.
- ✘ Der Name leitet sich von Morphin ab („inneres Morphin“).



WO SPIELT DAS ENDOGENE OPIATSYSTEM (EOS) EINE ROLLE?

- × Essen, Trinken
- × Liebe, Sex
- × Sucht
- × Spiele, Sport
- × Macht
- × Aggression
- × Psychische Erkrankungen (Borderline usw.)
- × Schmerzen
- × Religion
- × Altruismus
- × Zusammengehörigkeitsgefühl