

Zwangsstörungen

Wenn Zwänge das Leben beherrschen.

Häufig leiden Patienten bereits Jahre unter Zwängen und verheimlichen diese aus Scham vor ihrem Umfeld. Erst wenn die Kräfte nicht mehr reichen und der Zusammenbruch droht, suchen sie Hilfe. So werden Zwangsstörungen leider häufig erst nach Jahren richtig diagnostiziert und behandelt.

Was sind Zwangsstörungen?

Zwänge sind wiederkehrende Gedanken und Handlungen, die der Betroffene als unsinnig und nutzlos erkennt. Trotzdem sieht er sich gezwungen, sie wiederholt auszuführen. Neben Zwangsgedanken und Zwangshandlungen ist meist auch Angst vorhanden. Werden Zwangshandlungen unterdrückt, verstärkt sich diese Angst deutlich.

Zwangsgedanken

- Ideen, Vorstellungen oder Impulse, die immer wieder ohne Ziel und Funktion beschäftigen
- fast immer quälend
- Betroffene versuchen häufig erfolglos Widerstand zu leisten.
- Gedanken werden als zur eigenen Person gehörig erlebt, selbst wenn sie als unfreiwillig und häufig abstossend empfunden werden.

Zwangshandlungen oder –rituale

- Stereotypen, die ständig wiederholt werden
- werden als unangenehm empfunden
- erfüllen keine nützlichen Aufgaben
- Betroffene erleben sie oft als Vorbeugung gegen ein objektiv unwahrscheinliches Ereignis, das ihnen Schaden bringen oder bei dem sie selbst Unheil anrichten könnten.

Wie erfolgt die Diagnose?

Zwangssymptome können auch körperliche Ursachen wie neurologische Erkrankungen oder Infektionen in der Kindheit haben. Deshalb gehören medizinische Abklärungen wie Laboruntersuchungen ebenso zu einer sorgfältigen Diagnostik wie psychodiagnostische Skalen. Diese wiederum ermöglichen eine Beschreibung der individuellen Zwangssymptomatik und deren Folgestörungen. Das wichtigste Element in der Diagnose ist die Analyse des Zwangsverhaltens. Optimalerweise findet die Verhaltensbeobachtung durch den Therapeuten in der Umgebung statt, wo das Zwangsverhalten auftritt. Das kann beispielsweise zu Hause sein. In der Regel wird auch das Beziehungsumfeld in die Therapie mit eingeladen, da dieses häufig von den Patienten in die Zwangsrituale miteinbezogen wird. Partner und Familien können durch eine Teilnahme an der Therapie entlastet werden.

Selbstcheck Zwangsstörungen

Mit Hilfe dieser fünf Fragen können Sie selber eine Einschätzung vornehmen, ob Sie unter Symptomen einer Zwangsstörung leiden. Bitte beachten Sie, dass ein Test niemals das diagnostische Gespräch mit einer psychologischen oder ärztlichen Fachperson ersetzen kann.

Selbstcheck Zwangsstörungen

Welche Therapien gibt es?

Zwangsstörung werden mit Verfahren der kognitiven Verhaltenstherapie behandelt. Zu Beginn erfolgt eine ausführliche und der individuellen Situation angepasste Aufklärung und Motivation. Anschliessend wird der Betroffene nach seinem ausdrücklichen Einverständnis seinen auslösenden Ängsten exponiert (Exposition). Dabei werden die beruhigenden Zwänge verhindert (Reaktionsverhinderung). Je nach Problematik und zusätzlichen psychischen Störungen ergänzen weitere therapeutische Verfahren die Behandlung wie die System- und Familientherapie, Training emotionaler Kompetenzen und Achtsamkeitstherapie, Psychopharmakotherapie.

Psychotherapie

Psychotherapie ist das wichtigste Behandlungsverfahren in der Psychiatrie und nimmt bei allen Erkrankungen eine tragende Rolle ein. Für einige der häufigsten Erkrankungen ist die Psychotherapie das wirksamste Mittel.

Psychopharmakotherapie

Bei psychiatrischen Erkrankungen liegen Stoffwechselstörungen im Gehirn vor, die Aufmerksamkeit, Konzentration, Emotionen oder logische und abstrahierende Gedankengänge beeinträchtigen. Spezifische Medikamente

dienen dazu diese Störungen auszugleichen, um wieder im normalen und gesunden Rahmen handlungsfähig zu sein und Emotionen weitgehend kontrolliert einzusetzen.

Wo werden Zwangsstörungen behandelt?



Wil

+41 58 178 11 11

info@psgn.ch

Zürcherstrasse 30

9500 Wil

→ Mehr erfahren

Kontakt & Anmeldung



Dr. phil. Urs Braun

eidg. anerkannter
Psychotherapeut und
Fachpsychologe für
Psychotherapie FSP,
zertifizierter
Notfallpsychologe
NNPN/FSP

Leitender Psychologe,
Psychologie
Leiter Aus- und
Weiterbildung
Psychologie

+41 58 178 12 77

E-Mail

vCard (Download)



Urs Ribli

MAS ZFH in Health Care
Management

Stv. Leiter Pflege
Erwachsenenpsychiatrie
Leiter Pflege stationäre
und ambulante
Erwachsenenpsychiatrie
St.Gallen und stationäre
Erwachsenenpsychiatrie
Wil
Leiter Pflege a.i.
Suchttherapie Station
A08/4

+41 58 178 13 23

E-Mail

vCard (Download)

Zentrale Anmeldung und Information ZAI:

+41 58 178 11 80

- Informationen und Beratung zu therapeutischen Angeboten der Psychiatrie St.Gallen Nord
- Anmeldungen für stationäre Behandlungen
- Anmeldungen für Krisenambulatorium Wil

Öffnungszeiten ZAI

- rund um die Uhr besetzt
- werktags 8.00 - 17.00 Uhr, davor und danach diensthabender Arzt

Psychiatrie St.Gallen Nord

Zürcherstrasse 30

9500 Wil

Tel. +41 58 178 11 80, Fax +41 58 178 11 53

anmeldung@psgn.ch

→ Google Maps Route