

Klinisch Psychologische Behandlung von Angststörung in der Praxis

12-Monats-Prävalenz von Angststörungen

Tabelle 15. 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-MH; N=5318) (Jacobi et al., 2014)

	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
Panikstörung mit/ohne Agoraphobie	2,0	1,2	2,8	1,5	2,9	2,5	0,8
Agoraphobie	4,0	2,3	5,6	4,1	4,1	4,1	3,5
Soziale Phobie	2,7	1,9	3,6	4,6	3,1	2,1	0,7
Generalisierte Angststörung	2,2	1,5	2,9	3,3	2,0	2,3	1,3
Spezifische Phobie	10,3	5,1	15,4	12,3	9,5	10,8	8,3

Die Lebenszeitprävalenz liegt bei 28,8%

Angststörungen in der Hausarztpraxis

- Angststörungen gehören zu den häufigsten psychischen Krankheiten in der Hausarztpraxis
- Bei der Versorgung von Angststörungen nehmen Hausärzte als erste Ansprechpartner eine wichtige Rolle ein
- Etwa 20% der Patienten (Frauen 24%, Männer 16%) mit Angststörungen suchen zur Versorgung ihre Hausärzte auf
- Knapp ein Drittel der Patienten verbleibt ausschließlich beim Hausarzt (Schulz et al., 2008)

Hausärzte behandeln somit einen hohen Anteil von Patienten mit Angststörungen, häufig mit psychischen oder körperlichen Komorbiditäten.

F4: Neurotische-, Belastungs- und somatoforme Störungen

- F40: Phobische Störungen
 - Agoraphobie mit und ohne Panikstörung
 - Soziale Phobie
 - Spezifische Phobien
- F41: Andere Angststörungen
 - F41.0 Panikstörung
 - F41.1 Generalisierte Angststörung

F40: Phobische Störungen

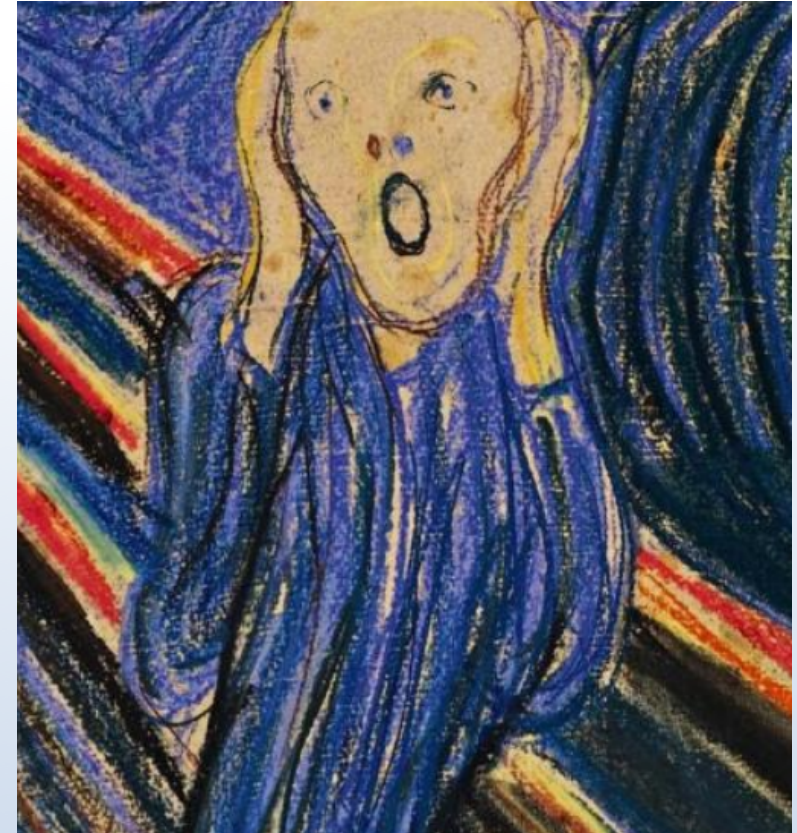
- Angst wird durch eigentlich ungefährliche Situationen oder Objekte hervorgerufen (die sich außerhalb der Person befinden) und führt zu Vermeidung und / oder starken Angstzuständen
- Behandlung der Wahl ist die Expositionstherapie

F41: Andere Angststörungen

- Angst ist nicht auf eine bestimmte Umgebungssituation bezogen
- Die Panikstörung wird vor allem mit Psychoedukation, Panikexposition und Entspannungsmethoden in Kombination mit Biofeedback behandelt
- Die Generalisierte Angststörung wird mit einer Mischung aus kognitiven Techniken und Konfrontation (oft auch das Weglassen von Sicherheitsverhalten) behandelt

Warum Exposition?

- ✓ **Wirksamste Behandlung bei Phobien und Angststörungen** Ruhmland u. Margraf, 2001; Wolitzky-Taylor et al., 2008
- ✓ **Nachhaltiger als Psychopharmaka inkl. Benzodiazepine** Bandelow B, et al. Br J Psychiatry. 2018
- ✓ **S3-Leitlinien: Behandlung von Angststörungen (2014).**
Patienten mit einer spezifischen Phobie soll Expositionstherapie angeboten werden; Wenn eine in-vivo-Exposition nicht verfügbar oder möglich ist, sollte Patienten mit einer spezifischen Phobie eine Virtuelle-Realität-Expositionstherapie – wenn verfügbar – angeboten werden (Expertenkonsens/KKP)



...aber es wird zu wenig konfrontiert

- ✗ Nur ca. 46% der VT wenden die Exposition an
- ✗ Problematik: Systematische Barrieren, finanzielle Vergütung, Versicherungsunklarheit, wenig Erfahrung, Angst vor Panikattacken, mangelnde Verfügbarkeit von angstauslösenden Reizen, etc.

Hoyer, 2018



Warum virtuelle Realität?

- ✓ Gleiche Evidenz wie „reale“ Konfrontation in Vivo ^{1,2,3}
- ✓ S3 Leitlinien Behandlung von Angststörung (2014)
- ✓ Keine logistischen Hindernisse
- ✓ Biofeedback sinnvoll anwendbar
- ✓ Schneller / Kostengünstiger
- ✓ Höhere Behandlungsmotivation



1 Parsons; Rizzo (2008)

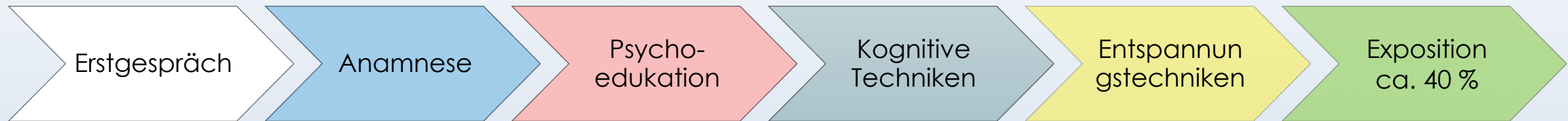
2 Opriş; Pinteă; García-Palacios; Botella; Szamosközi; David (2012)

3 Scozzari; Gamberini (2011)

4 Garcia-Palacios, A.; Hoffman, H. G.; See, S. K.; Tsai, A.; Botella, C. (2001)

Behandlung bei Phobius

Standardisiertes
klinisches Interview,
angelehnt an SKID



- Kennenlernen
- Aufklärung
- Bedarfsklärung
- Kostenlos

4-5 Einheiten á 100 min

Standardisiertes klinisches Interview

Anamnese

last name

insurance

address:

email:

employer:

phone office:

name and address of the family doctor

postcode

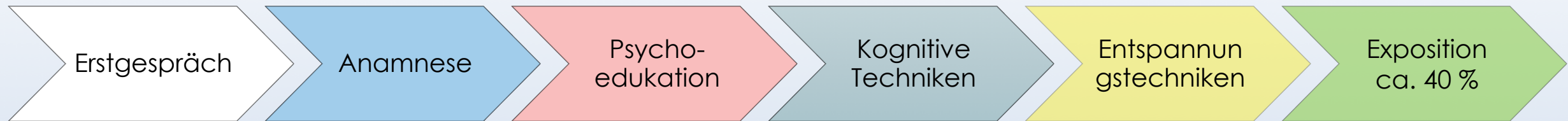
city

Medical anamnesis

cardiovascular disease:
(heart/circulation)

Behandlung bei Phobius

Standardisiertes
klinisches Interview,
angelehnt an SKID




- Kennenlernen
- Aufklärung
- Bedarfsklärung
- Kostenlos

- Theorie
- BioPsySoz Modell
- Angstkreislauf
- Sicherheitsverhalten
- Vermeidungsverhalten

4-5 Einheiten á 100 min

Theorie & Krankheitsmodell

A photograph of a wooden desk with a laptop, a white coffee cup, a pen, a smartphone, and a notepad with handwritten notes. The text 'Theorie & Krankheitsmodell' is overlaid in white on the image.

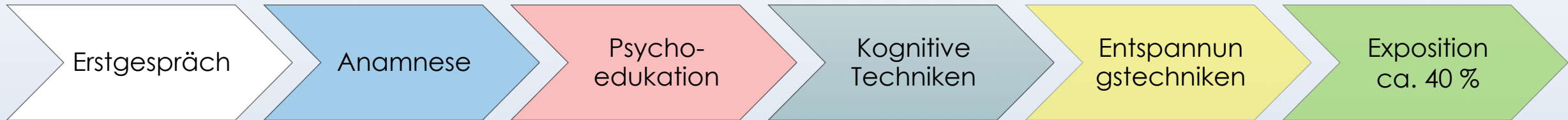
A person wearing a grey beanie, a brown jacket, and red shoes is crawling on a concrete ledge. The person is looking towards the camera. In the background, there is a multi-story white building with many windows and some trees with snow on them. The sky is blue with some clouds. The overall scene is outdoors in winter.

Sicherheitsverhalten

Vermeidungsverhalten

Behandlung bei Phobius

Standardisiertes
klinisches Interview,
angelehnt an SKID



- Kennenlernen
- Aufklärung
- Bedarfsklärung
- Kostenlos

- Theorie
- BioPsySoz Modell
- Angstkreislauf
- Sicherheitsverhalten
- Vermeidungsverhalten

- Angstausslösende Gedanken
- Gedankenstopp
- Aufmerksamkeitslenkung

4-5 Einheiten á 100 min

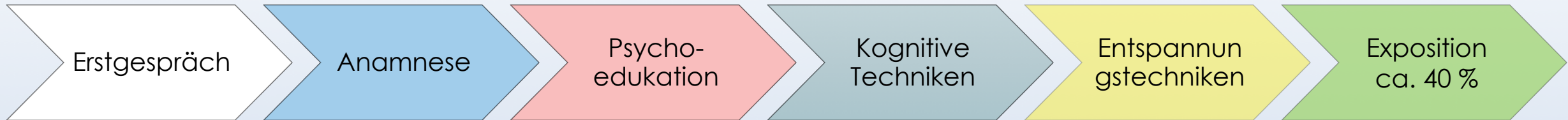
Kognitive Analyse der angstauslösenden Gedanken



Behandlung bei Phobius

Standardisiertes
klinisches Interview,
angelehnt an SKID

Bauchatmung, PMR



- Kennenlernen
- Aufklärung
- Bedarfsklärung
- Kostenlos

- Theorie
- BioPsySoz Modell
- Angstkreislauf
- Sicherheitsverhalten
- Vermeidungsverhalten

- Angstausslösende Gedanken
- Gedankenstopp
- Aufmerksamkeitslenkung

4-5 Einheiten á 100 min

Bauchatmung

Progressive
Muskelentspannung

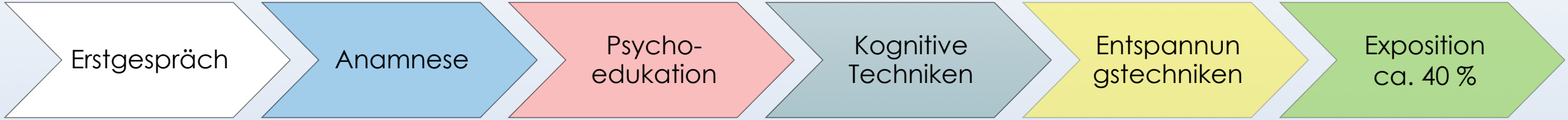


Behandlung bei Phobius

Standardisiertes klinisches Interview, angelehnt an SKID

Bauchatmung, PMR

Graduelle Exposition: in-sensu, in-virtuo, in-vivo



- Kennenlernen
- Aufklärung
- Bedarfsklärung
- Kostenlos

- Theorie
- BioPsySoz Modell
- Angstkreislauf
- Sicherheitsverhalten
- Vermeidungsverhalten

- Angstauslösende Gedanken
- Gedankenstopp
- Aufmerksamkeitslenkung

Biofeedback

4-5 Einheiten á 100 min

A person wearing blue jeans and dark sneakers is standing on a white step ladder. The ladder is positioned against a white wall. The person's legs and feet are visible on the ladder's steps. The ladder has some paint splatters on it.

Graduelle Exposition



Exposition In Virtuo



Exposition in Vivo



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

