

Roland Elmer

Psychosoziale Aspekte von Angst in der Krankheitsverarbeitung

Angst bezeichnet eine Reaktion auf Gefahrenreize, die sich in körperlichen Reaktionen einerseits, sowie psychischen Symptomen wie Unwohlsein, Unruhe und erhöhter Vigilanz andererseits zeigen kann. Angst vor realen Bedrohungen ist sinnvoll, die körperlichen Aktivierungen sollen uns auf eine Kampf- Fluchtreaktion vorbereiten, die erhöhte Vigilanz hilft uns sowohl bei der Vermeidung als auch bei der Bewältigung der Ängste. Angst taucht aber oft auch irrational auf, d.h. die subjektiv erlebten, vermeintlichen Bedrohungen scheinen aus objektiver Betrachtung übertrieben, unrealistisch und grundlos- wir sprechen in diesem Fall von pathologischen Ängsten. Eine trennscharfe Grenzziehung zwischen angemessener und pathologischer Angst ist trotz Diagnosekriterien nur schwer möglich.

Bei der Auseinandersetzung mit fortschreitenden, progredienten Erkrankungen können Ängste beispielsweise auf vielen Ebenen, sowohl als Realängste als auch in unbegründeter, irrationaler Form auftreten:

Als Furcht vor dem Fortschreiten der Erkrankung, Ängsten im Zusammenhang mit Behandlung, Therapie und/oder mit Komplikationen, als Verlustangst betreffend Integrität und Autonomie bezüglich eines ständig drohenden Fortschreitens der Erkrankung, Sorgen betreffend psychosoziale Belastungen z.B. der Angehörigen oder möglicher bevorstehender Einsamkeit und schlussendlich bei der Auseinandersetzung mit der Endlichkeit des eigenen Daseins und der konkreten Angst vor dem Sterbeprozess.

Ein Teil dieser Ängste kann durch eine sorgfältige und behutsame Aufklärung über den Stand der Erkrankung und der zu erwartenden Entwicklungen genommen werden. Andere Teile benötigen sowohl eine ausführliche Exploration und damit das Vertrauen der Betroffenen als auch viel Zeit und Geduld zum Zuhören und Verstehen, um eine Grundlage für eine psychosoziale Unterstützung betreffend Angstbewältigung zu schaffen.