



ulm university universität
uulm



Prof. Dr. med. Harald Gündel |

25. Oktober 2011

***Wie lassen sich seelische Erkrankungen
verhindern oder bereits im Ansatz behandeln?***

Psychosomatik Heute

Arbeitsabläufe verdichten
und beschleunigen sich

Immer mehr und schneller
neue Informationen



ZNS häufiger im „Fight or Flight“ – Zustand

=> Kreative und Regenerationsphasen können verloren gehen

Psycho-somatische Erkrankungsraten steigen

Steigende Prävalenzen

Relative Veränderungen der Fehlzeiten in relevanten Diagnosekapiteln (TKK 2000-2010)

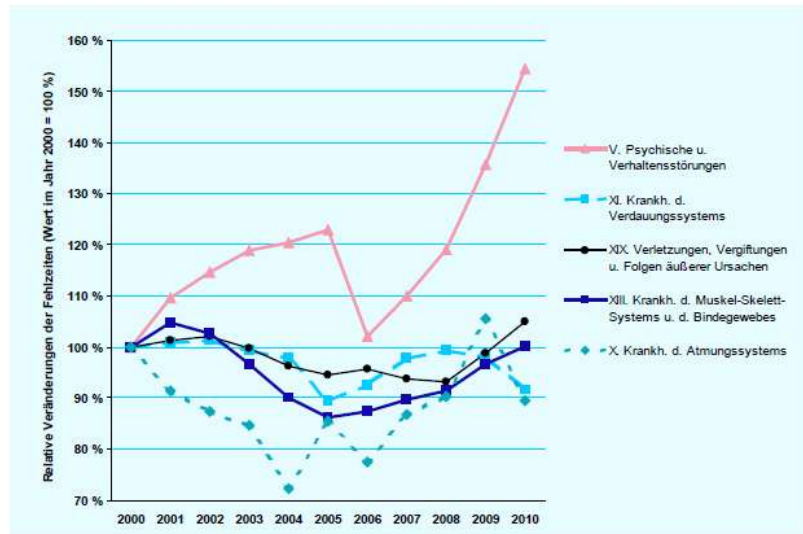
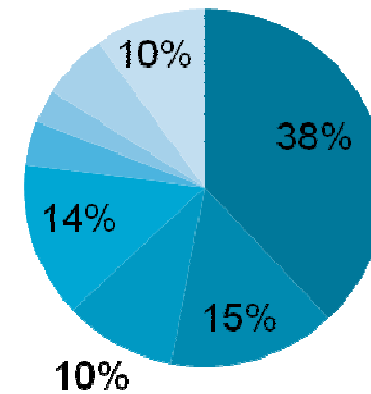


Abbildung 17 (standardisiert; Erwerbspersonen TK 2000–2010; Werte im Jahr 2000 entsprechen 100 Prozent)

Quelle: Grobe T, Dörning H (2011)

Rentennewuzugänge nach Diagnosegruppen (2009)



- Psyche
- Bewegungsapparat
- Kreislauf
- Krebs

Quelle: Statistik der Deutschen Rentenversicherung Bund – Rentenversicherung in Zeitreihen 2010

„Noch nie war der Umfang des Bewußtseins der Menschen so groß wie in unserer Zeit,

doch zugleich war das Bewußtsein noch nie so vollständig vom unbewußten Urgrund der Psyche abgetrennt wie heute“

Emrich, 1996

Fall aus der Praxis 1 - Psychosomatische Behandlung und erste Ergebnisse

Benennung und erste Stärkung der eigenen Ressourcen und des Selbstwertes

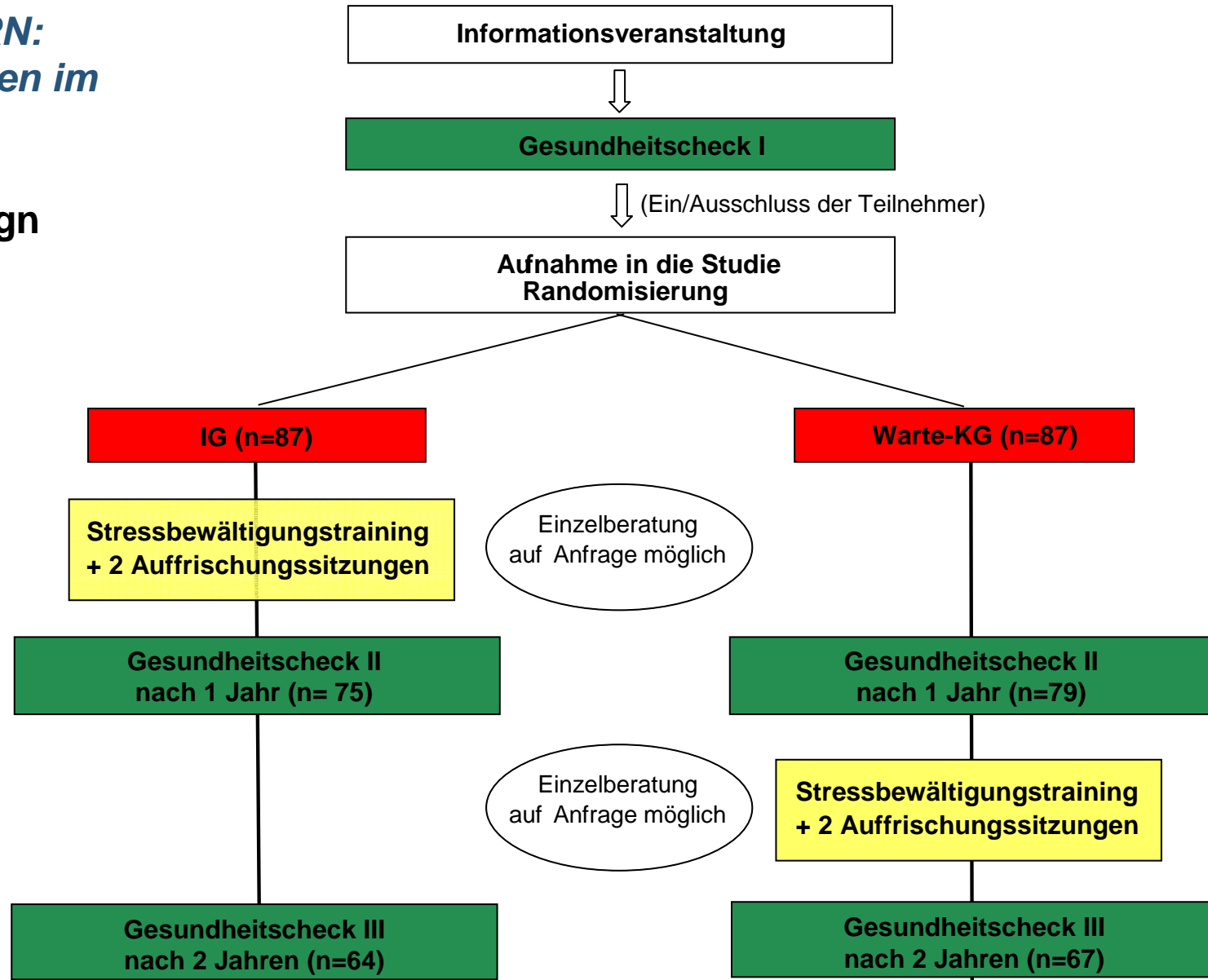
Erste Gespräche mit Vorgesetzten sehr konstruktiv erlebt
Gemeinsam klare Regeln und Verhaltensweisen erarbeitet
Verständnis bei Chef wg. z.T. offengelegter privater Belastungen

Klärung der beruflichen Situation so weit wie möglich

Bessere Entwicklung auch der privaten Situation, wieder mehr
Gemeinsamkeiten, Einleitung erheblicher Veränderungen

**VERHINDERN:
Interventionen im
Betrieb:**

**Studiendesign
MAN-GO**



Bsp. Stressbewältigungstraining

Ziele

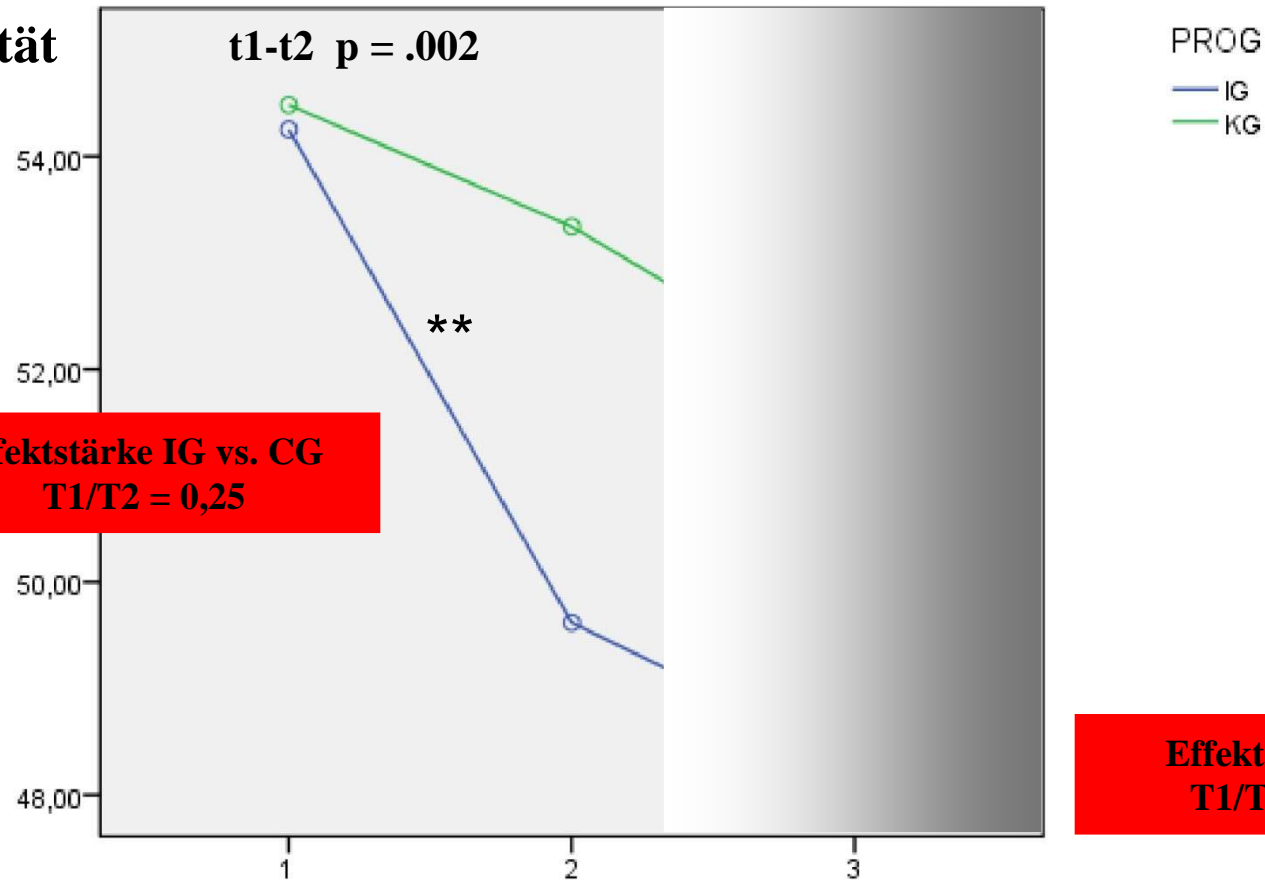
- Verbesserung individueller Stressbewältigungsfähigkeiten
- Bessere Ressourcennutzung

Inhalte

- Verbesserte Wahrnehmung körperlicher Anspannung
- Analyse typischer Stress-Situationen
- Gemeinsames Problemlösen
- Ärgerbewältigung
- Konstruktive Kritik
- Selbstbehauptung
- Unrealistische Kontrollbestrebungen
- Ausbau sozialer Netzwerke

Effekt der betrieblichen Stressprävention

Stress-Reaktivität



Die Psychosomatische Sprechstunde im Betrieb – Ein neues Versorgungsmodell an der Schnittstelle zwischen betriebsärztlicher Betreuung und Konsiliarpsychosomatik

Gefördert durch die Nachwuchsakademie Versorgungsforschung Baden-Württemberg



„ .. IM ANSATZ BEHANDELN .. “

Weiteres Kernelement der spezifischen Versorgung

Die systematische **Erhöhung der Kompetenz von Betriebsärzten** in Diagnostik, Indikationsstellung und ggf. Motivierung zu einer adäquaten Behandlung

Publikationen:

Limm H, Gündel H, Angerer P. et al. (2010). Stress Management Interventions in the Workplace improve Stress Reactivity: A Randomized Controlled Trial. *Occup Environ Med* Feb; 68(2):126-33.

Limm H., Gündel H et al. (2010). Self-perceived stress reactivity is an indicator of psychosocial impairment at the workplace. *BMC Public Health* 10: 252-261.

Gündel H, Angerer P et al. (2011). Verhaltenspräventive Intervention in einem DAX-30 Industriebetrieb – Ergebnisse einer kontrollierten und randomisierten Studie. *Public Health Forum* 19

**Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit**

