

Diagnostik und Therapie stressbedingter Erkrankungen

Neue curriculäre Fortbildung zur Stressmedizin

von Elisabeth Borg, Dr. Christoph Haurand und Dr. Matthias Weniger, ÄKWL

63 AU-Tage pro 1000 Mitglieder wegen Burnout-Syndrom verzeichnete der BKK-Gesundheitsreport für 2010. Grund für die Arbeitsunfähigkeit sind häufig psychische Erkrankungen, deren Auslöser und Ursache dauerhafter Stress ist. Neben seiner Bedeutung für die Gesellschaft und die Volkswirtschaft birgt lang anhaltender Stress für viele Menschen eine echte Gefahr für ihre Gesundheit. Burnout, Depressionen, aber auch Rückenschmerzen, Magen- und Darmerkrankungen bilden hier nur die Spitze von Erkrankungen, die durch zu viel Stress verursacht sein können. Da sich Stress individuell sehr unterschiedlich auswirken kann, ist es wichtig, sich dem Thema mit einer breiten interdisziplinären Sichtweise zu nähern. Viele medizinische Fachgruppen haben sich auf die Auswirkungen von Stress auf die Gesundheit in ihrem speziellen Fachgebiet hochqualifiziert. Psychiater behandeln Depressionen, Orthopäden Rückenschmerzen, Gastroenterologen den Reizdarm etc. Eine rein fachspezifische Betrachtung kann jedoch dazu führen, dass der Mensch nicht ganzheitlich mit all seinen Individualitäten und Problemen wahrgenommen wird.

Wie kann ein fachübergreifender ganzheitlicher Blick auf den Patienten im Rahmen der Fortbildung geschult werden? Die curriculäre Fortbildung „Stressmedizin“ der Akademie für ärztliche Fortbildung der ÄKWL und der KVWL in Kooperation mit der Klinik für Innere Medizin, Bergmannsheil Gelsenkirchen, bietet eine effektive Möglichkeit, sich im interdisziplinären Austausch dem Thema zu nähern.

Im Herbst 2011 fand erstmals unter der wissenschaftlichen Leitung von Dr. Christoph Haurand, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie und Dr. Matthias Weniger, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie, Bergmannsheil-Buer GmbH, sowie dem Chefarzt der Klinik für Psychiatrie des Kreisklinikums Siegen, Dr. Heiko Ullrich, eine vier-tägige fächerübergreifende Fortbildung zum Thema „Stressmedizin“ statt. Ziel der Veranstaltung war es, den Teilnehmern aus unterschiedlichen Fachgebieten eine Übersicht über den Bereich der stressbedingten Erkrankungen und den Umgang mit Stress zu geben, aber auch konkrete Behandlungsansätze und Strategien aus der Praxis zu diskutieren und sich darüber auszutauschen.



Stress kann zur Gefahr für die Gesundheit werden.

Foto: istockphoto.com/Denis Kartavenko

Der Einstieg in das Curriculum fand über somatische Ansätze aus verschiedenen Fachgebieten statt. Neben einem Allgemeinmediziner

Curriculäre Fortbildung für Ärzte/innen

STRESSMEDIZIN DIAGNOSTIK UND THERAPIE STRESSBEDINGTER ERKRANKUNGEN

Termin:

Teil I: Fr./Sa., 28./29. September 2012
und

Teil II: Fr./Sa., 26./27. Oktober 2012

Zeiten: jeweils 9.00 bis 16.30 Uhr

Ort:

Bergmannsheil und Kinderklinik Buer GmbH
Schermerweg 4
45894 Gelsenkirchen-Buer

Leitung:

Dr. med. Christoph Haurand, Chefarzt
der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie,
Bergmannsheil und Kinderklinik Buer GmbH,
Gelsenkirchen

Dr. med. Heiko Ullrich, Chefarzt der Psychiatrie
am Kreisklinikum Siegen gGmbH, Siegen

Dr. med. Matthias Weniger, Oberarzt der
Klinik für Innere Medizin/Kardiologie,
Leiter der Abteilung für Psychokardiologie,
Bergmannsheil und Kinderklinik Buer GmbH,
Gelsenkirchen

Teilnehmergebühr:

€ 585,00 (Mitglieder der Akademie für
ärztliche Fortbildung der ÄKWL
und der KVWL)

€ 645,00 (Nichtmitglieder der Akademie)

€ 525,00 (Arbeitslos/Erziehungsurlaub)

Die Veranstaltung ist im Rahmen der Zertifizierung der ärztlichen Fortbildung der ÄKWL mit 32 Punkten (Kategorie: H) anrechenbar.

Auskunft und schriftliche Anmeldung:

Akademie für ärztliche Fortbildung der
ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67,
48022 Münster, Tel.: 0251 929-2235,
Fax: 0251 929-272235,
E-Mail: petra.poettker@aeakwl.de

referierten Vertreter aus den internistischen Fächern – wie Gastroenterologie und Kardiologie – sowie ein Orthopäde die jeweiligen fachspezifischen Aspekte. So wurden z. B. Zusammenhänge zwischen Stress und Rückenschmerzen oder Stress und Reizdarmsyndrom intensiv besprochen. Die Referenten stellten ausführlich die Bedeutung einer fundierten somatischen Diagnostik dar und gaben praxisorientierte therapeutische Hinweise zur Behandlung der stressbedingten Erkrankungen.

Ein großer Veranstaltungsblock galt der Diagnostik und der Therapie psychiatrischer Erkrankungen. Welcher Zusammenhang zwischen Burnout-Syndrom, einer depressiven Episode und einer Anpassungsstörung besteht, wurde ebenso thematisiert wie die psychiatrisch medikamentöse Therapie. Da gerade die Psychosomatik einen wichtigen Beitrag zum Thema „Stressmedizin“ liefert, wurden verschiedene Persönlichkeitsmodelle der Psychosomatik von einem erfahrenen Psychosomatiker vorgestellt und der Umgang mit diesen Modellen in der Praxis behandelt.

Die gesundheits- bzw. lösungsorientierte Gesprächsführung hat gerade im Zusammenhang mit Stress eine hohe praktische Relevanz. In Zeiten der „Fünf-Minuten-Medizin“ ist ein Modell der Gesprächsführung hilfreich, welches die Stärken des Patienten fördert und das auf die Ressourcen und die Stärkung der Resilienz des Patienten fokussiert. Mit Praktischen Übungen unter direkter Supervision bekamen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer praxisorientierte Hilfen für die Anwendung im klinischen Alltag.

Neben Sport als Medizin, Selbstorganisation und somatischer Diagnostik von Stress z. B. mit Hilfe der Herzratenvariabilität, Cortisol im Speichel und anderen psychologischen Hilfsmitteln wie der „Stress-Mind-Map“, in der es um die Visualisierung der verschiedenen Stressoren geht, waren die Inhalte des Curriculums so aufgebaut, dass auch nicht medizinisch-fachliche Themen besprochen wurden. Ein Leitender Polizeidirektor informierte sehr anschaulich, wie andere Berufsgruppen mit dem Thema „Entscheidungsfindung in Stress-

situationen“ umgehen. Aber auch die Themen „Führung und Stress“ sowie „Organisationspsychologie“ fanden Berücksichtigung.

Die Gruppe der Teilnehmerinnen und Teilnehmer war sehr heterogen, so dass viele fachübergreifende Gespräche zustande kamen. Neben Allgemeinmedizinerinnen, Gynäkologinnen und psychotherapeutisch tätigen Ärztinnen waren die Arbeits- und Betriebsmediziner stark vertreten. Speziell diese Gruppe geht davon aus, dass die gelehrt stressmedizinischen Ansätze für den Aufbau von betrieblichem Gesundheitsmanagement eine gute Grundlage bilden.

Aufgrund der positiven Resonanz und der hohen Relevanz der Thematik wird die Akademie für ärztliche Fortbildung der ÄKWL und der KVWL die Curriculäre Fortbildung „Stressmedizin“ im Herbst 2012 erneut anbieten. Nähere Informationen erhalten Sie bei Petra Pöttker, Tel. 0251 929-2235 bzw. im Internet unter www.aekwl.de/curricula.

EVA

**Verstärken Sie Ihr Praxisteam
– kompetente Entlastung
durch die qualifizierte
Entlastende Versorgungsassistentin (EVA)**



Nähere Informationen über die Spezialisierungsqualifikation unter www.aekwl.de/mfa

Auskunft:

Akademie für ärztliche Fortbildung der ÄKWL und der KVWL

Tel.: 0251 929-2225 /-2206 /-2207, E-Mail: fortbildung-mfa@aeakwl.de