



Psychosomatik | Psychiatrie | Psychotherapie



KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Psychosomatik Universitätsspital Basel
15.9.2015


Ist Psychosomatik effizient?

Dr. med. Hanspeter Flury
Facharzt Psychiatrie Psychotherapie FMH
Executive MBA HSG
Chefarzt und Ärztlicher Direktor
Klinik Schützen Rheinfelden


THE SWISS
LEADING
HOSPITALS
Best in class.


EFQM
Recognised for excellence
4 star

Inhalt.


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Was ist Psychosomatik?
- Die Effizienz von Psychosomatik
 - Wissenschaftlicher Nachweis
 - Wirtschaftliche Bedeutung
- Spezielle Psychosomatik.
 - Beispiele psychosomatischer Krankheitsbilder
 - Ärztlich-therapeutische Haltung
- Ingredienzien für eine effiziente Psychosomatik
- Die Effizienz von Psychosomatik für den Arzt

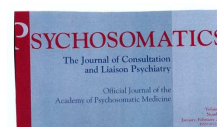
Begriffsklärung.
Was ist Psychosomatik?


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Ein Feld der medizinischen Wissenschaft
- Wissen
 - Zusammenhänge zwischen Psyche, Soma und Sozialem allgemein
 - Entsprechende Aspekte bei einzelnen Krankheitsbildern
 - Interventionsmöglichkeiten
- Perspektive, Untersuchungsmethoden
- Behandlungsmöglichkeiten
- Haltung, Identität des Arztes, Gewichtung der Arzt-Patienten-Beziehung

Was ist Psychosomatik?
Gesicherte Erkenntnisse über klagende Patienten.


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

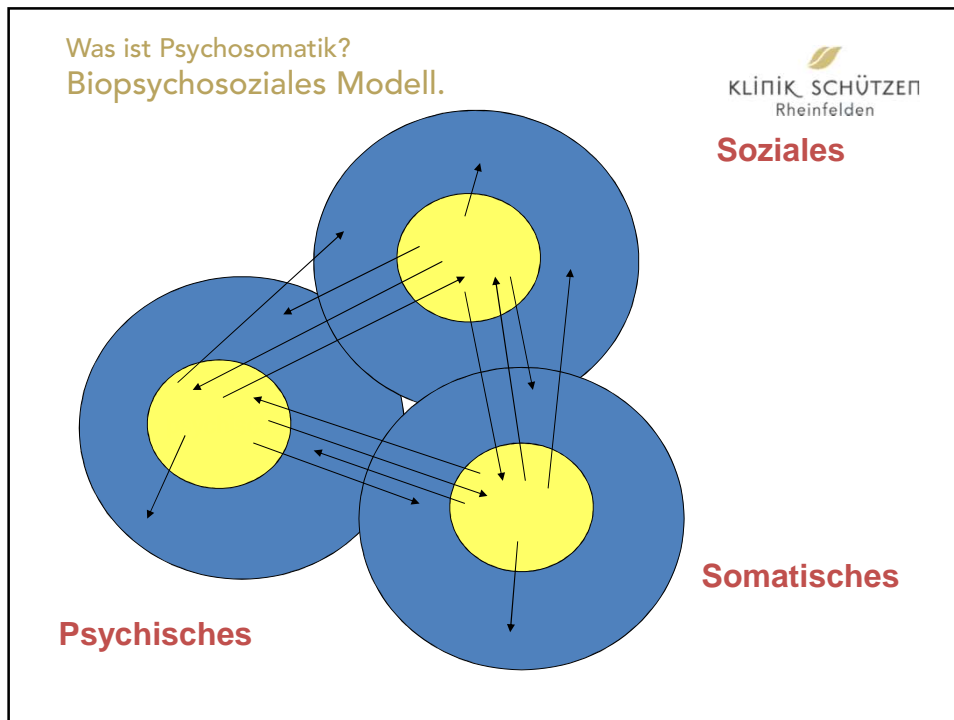


Subjective Body Complaints as an Indicator of Somatization in Elderly Patients

Psychosomatics 2003; 44: 91-99. G. Schneider, G. Heuft et al (Heidelberg)

251 patients aged more than 60

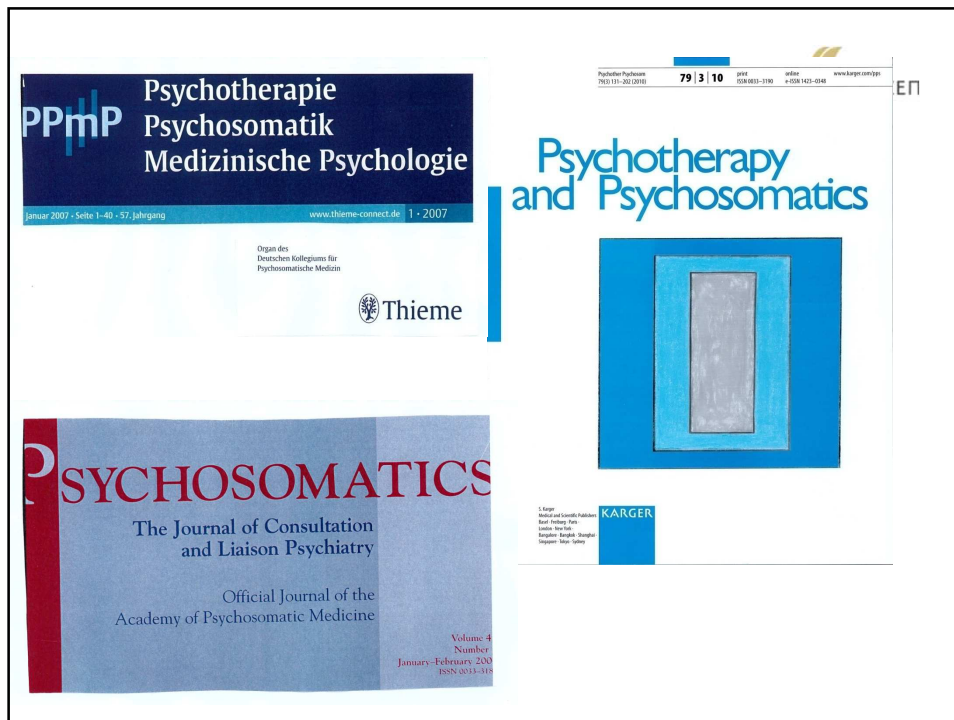
The level of subjective body complaints is determined by the subjective well-being rather than by objective health measures, and thus subjective body complaints may be an indicator of somatization in elderly inpatients.



Es gibt mehr als eine Psychosomatik!

KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Psychosomatik bietet:
 - spezifische wissenschaftlich gesicherte Erkenntnisse
 - spezifische Interventionsstrategien
 - spezifische Schulungs- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Aber Psychosomatik ist nicht einfache eine weitere Spezialdisziplin à la Ultrasonografie, sondern eine prägende Grundhaltung, die einen Paradigma-Wechsel mit sich bringt



Effizienz der Psychosomatik.
Somatisierung: Psychotherapie ist effektiv + effizient.

KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Short-Term Psychodynamic Psychotherapy for Somatic Disorders

Systematic Review and Meta-Analysis of Clinical Trials

Psychother Psychosom 2009; 78:265-274.

A. Abbas, S. Kisely, K. Kroenke (Canada, Australia, USA)

- Functional somatic syndromes: **medically unexplained** (1/2 of all!) individual physical symptoms cluster of somatic symptoms for which etiology is poorly understood (Irritable bowel syndrome, fibromyalgia, chronic fatigue syndrome, interstitial cystitis)
- often similar psychiatric comorbidity, functional impairment+family history
- Effects: → reducing physical and psychological symptoms
→ improving treatment compliance (greater retention rates)
→ improving social-occupational function
→ reducing health-care utilization

Effizienz der Psychosomatik.

Somatisierung: Psychotherapie ist effektiv.


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Kognitiv-verhaltenstherapeutische Kurzintervention: effizient.

A One-Session Treatment for Patients Suffering From Medically Unexplained Symptoms in Primary Care: A Randomized Clinical Trial.

Psychosom 2007; 48:294-303. A. Martin, E. Rauh, M. Fichter, W. Rief (Marburg)

- Medically unexplained symptoms, often somatoform syndromes. High disability, poor outcome, high costs of treatment.
- One-session cognitive behaviour treatment, compared to standard medical care; RCT No 140
- Effects: → reducing severity of somatization; but still highly impaired
 - higher acceptance of the treatment
 - reducing health-care utilization

⇒ More complex CBT therapy programmes of somatoform disorders, hypochondriasis

Effizienz der Psychosomatik.

Psychosoziale Interventionen sind effektiv.


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Familieninterventionen bei chronischen körperlichen Krankheiten:

Effects of Interventions Involving the Family in the Treatment of Adult Patients with Chronic Physical Diseases:

A Meta-Analysis

Psychother Psychosom 2010; 79:136-148: M. Hartmann, E. Bänzner, B. Wild, I. Eisler, W. Herzog (Heidelberg, London)

- Metaanalysis; RCT 8896 Patienten (cardiovascular diseases including stroke, cancer and arthritis).
- Overall effects sizes 0.32 for the patient's physical health, 0.28 for the patient's mental health, 0.35 for the family members health. Overall, the effects were not large, but broad, significant and extremely stable over a long period of time. Tendency towards higher effects in favour of relationship-focused family interventions compared to educational interventions.
- 72-84% higher chance of improved health compared to usual care group

Effizienz der Psychosomatik.

Schlaganfall: Interventionen für Angehörige.

 KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- **Interventionskonzepte für Angehörige von Schlaganfallpatienten: Bedarf und Effektivität:**

Psychothera Psych Med 2007; 57: 12-18; G. Wilz, B. Böhm (Berlin)

Psychosomatics 2009; 50:392-401; C. Welch et al

Metaanalyse von 42 Interventionsstudien.

Besonders effizient: Mehrkomponenten-Interventionen

- mit Informationsvermittlung
- mit psychotherapeutischen Strategien (Problemlösetraining, Förderung aktiver Coping-Mechanismen)
- mit Förderung sozialer Aktivitäten und sozialer Unterstützung

Effizienz der Psychosomatik.

Psychosomatik beim Grundversorger ist effektiv.

 KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Primary Care Clinicians Effectively Treat Patients with Medically Unexplained Symptoms: A Clinical Trial

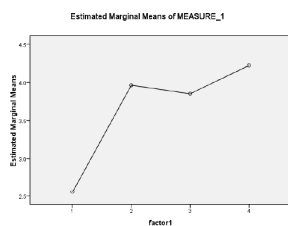
Psychosomatics 46:2, March/April 2005. R.C.Smith et al

Long term, relationship-based intervention by primary care clinicians

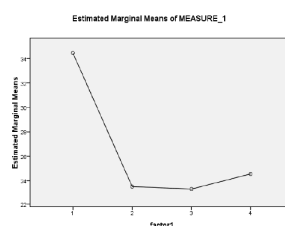
- ⇒ significant improvement in patients
- ⇒ marked increases in patients' satisfaction with the doctor-patient- relationship

Effizienz der Psychosomatik. Stationäre Psychosomatik ist effektiv.

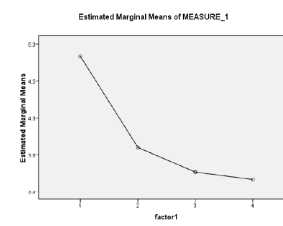
KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden



Zufriedenheit mit der Gesundheit allgemein.
Messung bei Eintritt (1), Austritt (2), 6 Monate (3) und 3 Jahre (4) nach Austritt



Gesamtbeschwerdedruck körperliche Symptomatik
Messung bei Eintritt (1), Austritt (2), 6 Monate (3) und 3 Jahre (4) nach Austritt



Belastung psychische Symptomatik
Messung bei Eintritt (1), Austritt (2), 6 Monate (3) und 3 Jahre (4) nach Austritt

Für alle dargestellten Grafiken gilt: Der Unterschied zwischen den Messergebnissen zu den Zeitpunkten 1 und 4 ist hochsignifikant

Effizienz der Psychosomatik. Depressionsbehandlung bei körperlich Kranken = effektiv.

KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Depressionen:

- Oft unterdiagnostiziert (WHO):
Depression bei 10% Allgemeinpraxis-Pat.
davon 50% erfasst
davon 50% adäquat behandelt
- Körperlich Kranke mit Depression: höhere Gesundheitskosten.

Depression and Costs of Health Care

Psychosomatics 2009; 50:392-401; C.Welch et al

- Insurance claims for **618'780** patients examined for total annual non-mental health-cost of care in 11 chronic diseases. In each disease cohort, median annual non-mental health cost was calculated for individuals with and without depression.
- Depressed patients had significantly higher costs than non-depressed, in a magnitude consistent across 11 chronic comorbid diseases.

Ist Psychosomatik effektiv?

Effektivität		
	bei verschiedenen Krankheitsbildern und Situationen	hoch; im Rahmen der Wirksamkeit der meisten medizinischen Behandlungstechniken
	Für verschiedene Techniken	effizient; mit Unterschieden
Kosten-Effektivität/ Effizienz		z.T. nachgewiesen

Effizienz der Psychosomatik.

Der 2. Gesundheitsmarkt ist ökonomisch effektiv.

- **Umfang riesig.**
Roland Berger (2008, Oesterreich):
60% des Ersten Gesundheitsmarkts!
- **Steigende Bedeutung!**
Jährliches Wachstum 4,7% (1. Markt: 4,2%)
- **Konkurrenz für traditionelles Medizinalsystem?**
- **Volkswirtschaftlich geringere Effizienz?**

Anwendungen von Psychosomatik.

Früherkennung psychischer (Co-)Morbidity.

 KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Psychische Krankheiten unter-diagnostiziert
- tabuisiert – von den Betroffenen und der Umgebung.
- Emotionale Reaktion Betroffener oft dysfunktional:
Scham, Schuld, Angst, Misstrauen, Verleugnung,
Affektualisierung, Somatisierung
- Oft sehr körpernahe erlebt, mit Fixierung auf
Somatisches
- Kooperationsfähigkeit direkt beeinträchtigt (Energie, Hoffnung,
Vertrauen, Selbstfürsorge, proaktives Handeln)
- Umgebung reagiert oft weniger unterstützend als bei somatischen
Krankheiten, ja krankheitsverstärkend

Anwendungen von Psychosomatik.

Psychische (Co-)Morbidity – oft verpasst.

 KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Depressionen
- Angstkrankheiten:
 - Panikstörungen
 - Soziale Phobien
 - Generalisierte Angststörungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- Hypochondrie
- Substanzen-, Alkoholmissbrauch

Anwendung von Psychosomatik.

Urologische Psychosomatik: in Praxis 15-60%



- Psychosomatisch urologische Erkrankungen: diffuse Beckenbeschwerden, Urogenitalsyndrom, Beckenbodenmyalgie (F 45.0, 45.2)
- Psychosomatisch bedingte Symptome und Erkrankungen der Blase (ICD-10 F 45.34)
 - Reizblasensymptomatik der Frau
 - Psychosomatisches Urethralesyndrom bei der Frau
 - Rezidivneigung der Urethrozystitis bei der Frau
 - Psychogene Miktionsstörungen
- Psychoonkologische Aspekte bei malignen Tumoren des Urogenitaltrakts
- Erektile Dysfunktion (ICD-10 F52.2).

Anwendung von Psychosomatik.

Funktionelle Beschwerden in Urologie.



- Erklärungsansätze: Spannungsbeschwerden
 - Somatisierung: Körpersymptom als körpersprachlicher Ausdruck von nicht wahrgenommenen, verleugneten Aspekten wie Angst, Enttäuschung, Wut und Anspannung
 - Konversion: Verdrängung innerer Konflikte (z.B. Nähe-Distanz-Konflikte) führt zu Körpersymptomen mit Ausdrucksgehalt
- Ursachen:
 - Konflikte
 - Stress, Überforderung, hypochondrische Befürchtungen
 - Sexueller Missbrauch, sexuelle Konflikte
- Therapie:
 - Akzeptanz, psychosomatisches Gesamt-Verständnis
 - Wärmebäder, spezielle Physiotherapie, Körpertherapie
 - Entspannungsmethoden (autogenes Training, PMR, MBSR)
 - Psychotherapie

Somato-Psychisches.
(Oft) übersehen - Trouvailles.



- «Depression»
 - Hypothyreose
 - Anämie
 - Medikamentennebenwirkungen
 - Sucht
- «Schlafstörungen»
 - restless legs
 - Schlaf-Apnoe-Syndrom
 - Parasomnien
- «Panikstörung»:
 - Herzrhythmusstörungen als Grundlage
- «Anpassungsstörungen»:
 - Beginnende dementielle Entwicklungen
 - Mikroinsult mit Sprachstörung statt Beziehungskonflikt
 - Neurolues

Wie der Arzt psychosomatisch Kranken besser helfen kann...
Haltung in Abklärung.



- Vertrauen bilden: Grundhaltung von Interesse, Respekt, Wertschätzung
- Beschwerden ernst nehmen, gründlich beobachten, hartnäckig und mit Intuition nach Einflüssen fahnden Verhalten hinterfragen, Widerstand behutsam bearbeiten
- Abwehr vorläufig respektieren:
 - Verleugnungstendenz (Belastungen)
 - Angst vor Ablehnung (Verstossung) und Verletzung (Retraumatisierung)
- Behandlung schützen:
 - Rückzug vermeiden, Motivation fördern
 - Struktur und Sicherheit geben

Wie der Arzt psychosomatisch Kranken besser helfen kann...
Haltung in Behandlung.



- Miteinander
- Selbstsorge, Körperbezug als Basis für Erfolg
- Veränderungsbedarf nicht als Korrektur von Defiziten vermitteln, sondern als Aufgabe, als Herausforderung, als Projekt
- Probleme konkret untersuchen, Handlungsmöglichkeiten suchen, Umsetzung begleiten und unterstützen
- Partnereinbezug fördern
- Psychosoziales konkret gewichten
- Fortschritte feiern

Inhalt.



- Was ist Psychosomatik?
- Die Effizienz von Psychosomatik
- Anwendung: Spezielle Psychosomatik.
- **Voraussetzungen für eine effiziente Psychosomatik**
 - Psychosomatisches Grundverständnis: biopsychosoziales Modell
 - Fähigkeiten und Fertigkeiten für psychosomatische Interventionen
 - Kooperation im Team, interdisziplinär
 - Kommunikation mit Angehörigen
 - Schulung, Weiter- und Fortbildung
 - Finanzielle Basis

Ingredienzien einer effizienten Psychosomatik (2).
Psychosomatische Interventionen.



- Arbeit im biopsychosozialen Modell, mit entsprechendem Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten
 - biopsychosoziale Diagnostik
 - biopsychosoziale Methodenkombinationen
 - Wissen zu Epidemiologie, Gesundheitsoekonomie

Ingredienzien einer effizienten Psychosomatik (2).
Psychosomatische Interventions-Toolbox.



- Gesprächsführung, z.B.
 - Interviewtechnik
 - motivational interviewing
 - Krisenintervention
- Führung des Patienten und seiner Angehörigen; Behandlungsplanung
- Psychotherapeutische Techniken, z.B.:
 - Stützende Gesprächstechniken
 - Entspannungsverfahren
 - Verhaltenstrainings
 - Achtsamkeits-fördernden Verfahren
- Spezifische somatische Verfahren, symptomzentriert

Ingredienzien einer effizienten Psychosomatik (3).
Kooperation im Team, interdisziplinäre Vernetzung

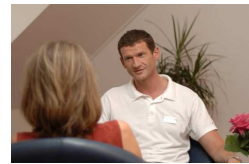
KLINIK SCHÜTZEN
 Rheinfelden

- Kompetente Fachpersonen
- Team:
 - Gruppe von Einzelkämpfern
 - Gruppe von Austauschenden
 - Gemeinsames Konzept
 - Gemeinsame Fortbildungen
 - Gemeinsames Fallverständnis
 - Gegenseitige Kenntnis der Interventionen
 - Gemeinsame Interventionen
 - Reflexion, Nutzung und Bearbeitung der Teamdynamik
 - Team als Ressource oder Belastung; Selbstsorge

Ingredienzien einer effizienten Psychosomatik.
Vernetzung.

KLINIK SCHÜTZEN
 Rheinfelden

- Multidisziplinär innerhalb der Medizin
- Mit anderen Berufsgruppen:
 Sozialarbeiter, Psychologen, Pflege
- Arbeitgeber
- Familien, Angehörige
- Krankenkassen, Versicherungen



Ingredienzien einer effizienten Psychosomatik (5).
Keine effiziente Psychosomatik ohne Schulung,
Forschung, fachliche Verankerung.



- Bedeutung von Schulung, Aus-, Weiter- und Fortbildung

- Nachgewiesene Effizienz von Schulung:

Evaluation of General Practitioners' Training:

How to Manage Patients With Unexplained Physical Symptoms

Psychosomatics 47:4, July-August 2006. Rief W., et al, Marburg

1 Tages-Workshops für Allgemeinpraktiker sind effizient:

26 GP, 295 Pat., katamnestische Nachuntersuchung der Pat. 6 Mte nach Intervention

⇒ senkt Symptomlast und Behandlungskosten

Ingredienzien einer effizienten Psychosomatik.
Schulung.



- Balintgruppen; Supervision und Intervision
- Selbsterfahrung
- Lektüre
- psychosomatische Qualitätszirkel
- psychosomatische Weiter- und Fortbildungen
- SAPPm Weiter- und Fortbildungen
- Tagungen Klinik Schützen Rheinfelden

24.09.2015	Sexualmedizin
30.10.2015	Psychosomatik und Gastroenterologie
10.12.2015	Psychosomatik und Arbeit
21.01.2016	Psychoonkologie

Ingredienzien für eine effiziente Psychosomatik (6).
Effiziente Psychosomatik erfordert Tarife.



- Tarifstruktur TARMED
- Psychosomatik in den Zeiten von DRGs?
- Berücksichtigung von Psychosomatik in Netzwerken?

Identität des Arztes.
Dysfunktionale Strategien bei Unklarheit.



- Unklarheit verleugnen: (Pseudo-) Klarheit
- eine eigene Intuition überschätzen.
- mit Interventionismus sowie diagnostischem u/o therapeutischem Aktivismus reagieren.
- Sicherheitsaspekte überbetonen oder ausblenden.
- der Verantwortungsübernahme ausweichen.
- blind auf Kollegen abstützen.
- Meinung des Patienten über- oder unter-gewichten.
- sich lähmen lassen, in Komplexität versinken.
- zynisch werden, resignieren.

Identität des Arztes.
Fallstricke.



- Vorbestehende Diagnosen und Einschätzungen werden übergewichtet.
- Lärmige Symptomatik wird überbetont.
- Psychisches wird ausgeklammert ⇔ Schwierigkeiten in Diagnostik und Behandlung werden vorschnell an Patient oder psychiatrische Diagnose attribuiert (Psychisierung)

Identität des Arztes.
Mögliche strukturelle Lösungsansätze.



- Basis-Set an Untersuchungen, anfänglich und im Verlauf.
- Klinik gewichten.
- Interdisziplinarität, v.a. psycho-somatisch.
- Vier-Augen-Prinzip etablieren.
- Zweit-Meinung.
- Offenheit, im Verlauf. Immer wieder von Nullhypothese/Tabula rasa ausgehen. Distanzierung im Dienste der Diagnostik.
- Denkräume schaffen, um zu denken statt zu untersuchen, zu diagnostizieren oder zu behandeln.
- Umfeld zur Validierung psychosomatischer Diagnosen: Vor Fixieren einer psychosomatischen Diagnose Patienten, Vorbehandler und Angehörige einbeziehen.

Identität des Arztes.

Funktionale Strategien bei Unklarheit.


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Unklarheit minimieren (sofern erforderlich), nicht eliminieren.
- Breiter biopsychosozialer Radar, auch im Verlauf. (Auch) Auf Patienten hören, ihre Angehörigen. Sie einbeziehen
- Primum nil nocere. Salus aegroti suprema lex.
- Verantwortung wahrnehmen. Patient nicht in falscher Sicherheit wiegen und nicht unnötig verunsichern.
- Fehlerkultur
- „Ich wünsche Ihnen und uns
 - die Neugier und Ausdauer, gefährliche, vermeidbare Unsicherheit zu klären
 - die Geduld, unvermeidbare Unsicherheit zu ertragen
 - und die Weisheit, das eine von dem anderen zu unterscheiden.“

Identität des Arztes

Psychosomatik ist auch für den Arzt effektiv.


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Erst intuitiv-hypothetisch: Zufriedenheit \uparrow , Burnout \downarrow
- Mögliche Wirkungswege:
 - Höhere Effizienz, bessere Patientenzufriedenheit dank psychosomatischem Wissen, Fähigkeiten, Techniken, Interventionen
 - Höhere Zufriedenheit, auch dank bereichernder Perspektive
 - Reflexion
 - der eigenen Rolle
 - von Möglichkeiten und Grenzen der Medizin
 - der therapeutischen Beziehung
 - für psychische und soziale Zusammenhänge
 - von emotionalen Belastungen aus Grenzerfahrungen
 - Mehr Selbstsorge
 - Mehr Vernetzung

Fazit: Mehr Psychosomatik!


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

- Psychosomatik ist effektiv und effizient, mit:
 - spezifischen wissenschaftlich gesicherten Erkenntnissen
 - spezifischen Interventionsstrategien
 - spezifischen Schulungs- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Aber Psychosomatik ist nicht einfach eine weitere Spezialdisziplin à la Ultrasonografie, sondern eine prägende Grundhaltung, die einen Paradigma-Wechsel mit sich bringt
 - ⇒ bessere Diagnostik
 - ⇒ effizientere Behandlung
 - ⇒ bessere Arzt-Patienten-Beziehung
 - ⇒ klarere Identität und höhere Berufs-Zufriedenheit des Arztes

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!


KLINIK SCHÜTZEN
Rheinfelden

Dr. med. Hanspeter Flury
Facharzt Psychiatrie Psychotherapie FMH
Executive MBA HSG
Chefarzt und Ärztlicher Direktor
hanspeter.flury@klinikschuetzen.ch
www.klinikschuetzen.ch

THE SWISS
LEADING
HOSPITALS
Basel is class


EFQM
Recognised for excellence
4 star