

F40 Angststörungen (Phobien)

In dieser Gruppe von Störungen wird Angst ausschließlich oder überwiegend durch eindeutig definierte, im Allgemeinen ungefährliche Situationen oder Objekte – außerhalb des Patienten - hervorgerufen.

Diese Situationen oder Objekte werden charakteristischerweise gemieden oder voller Angst ertragen.

Die Angst reicht von leichtem Unbehagen bis zur Panik.

Befürchtungen des Patienten können sich auf Einzelsymptome wie Herzklopfen oder Schwächegefühl beziehen und treten häufig zusammen mit sekundären Ängsten vor dem Sterben, Kontrollverlust oder dem Gefühl, wahnsinnig zu werden, auf.

Die Angst wird nicht durch die Erkenntnis gemildert, dass andere Menschen die fragliche Situation nicht als gefährlich oder bedrohlich betrachten. Allein die Vorstellung, dass die Angst machende Situation eintreten könnte, erzeugt gewöhnlich schon Erwartungsangst.

Die meisten phobischen Störungen, mit Ausnahme der sozialen Phobie, sind bei Frauen häufiger als bei Männern.

Häufig treten Depressionen gleichzeitig mit phobischen Ängsten auf.

F40.0 Agoraphobie

Agoraphobie bezeichnet die Angst vor offenen Plätzen, Menschenmassen und fehlenden Rückzugsmöglichkeiten. Der Begriff bezeichnet eine zusammenhängende und sich häufig überschneidende Gruppe von Phobien, mit der Angst, das eigene Haus zu verlassen, Geschäfte zu betreten, sich in eine Menschenmenge oder auf öffentliche Plätze zu begeben oder allein in Zügen, Bussen oder Flugzeugen zu reisen.

Auch wenn der Schweregrad der Angst und das Ausmaß des Vermeidungsverhaltens differieren, ist diese Phobie besonders einschränkend.

Einige Betroffene sind schließlich völlig an ihr Haus gefesselt.

Viele Patienten empfinden Panik bei dem Gedanken, zu kollabieren und hilflos in der Öffentlichkeit liegen zu bleiben.

Das Fehlen eines sofort nutzbaren „Fluchtweges“ ist eines der Schlüsselsymptome vieler dieser agoraphobischen Situationen.

Überwiegend sind Frauen betroffen, der Beginn liegt meist im frühen Erwachsenenalter.

Ohne effektive Behandlung wird die Agoraphobie häufig chronisch, wenn auch im Allgemeinen fluktuierend.

F40.1 Soziale Phobien

Soziale Phobien beginnen oft in der Jugend, zentrieren sich um die Furcht vor prüfender Betrachtung durch andere Menschen in verhältnismäßig kleinen Gruppen (nicht dagegen in Menschenmengen) und führen schließlich dazu, dass soziale Situationen vermieden werden.

Im Unterschied zu den meisten anderen Phobien sind soziale Phobien bei Männern und Frauen gleich häufig.

Sie können klar abgegrenzt sein und beispielsweise auf essen oder sprechen in der Öffentlichkeit oder treffen mit dem anderen Geschlecht beschränkt sein. Oder sie sind unbestimmt und treten in fast allen sozialen Situationen außerhalb des Familienkreises auf.

Angst, in der Öffentlichkeit zu erbrechen, kommt vor. Direkter Augenkontakt wird in einigen Kulturen als ausgesprochen belastend empfunden.

Soziale Phobien sind in der Regel mit einem niedrigen Selbstwertgefühl und Furcht vor Kritik verbunden. Sie können sich in Beschwerden wie Erröten, Händezittern, Übelkeit oder Drang zum Wasserlassen äußern.

Dabei meint der Patient manchmal, dass eine dieser sekundären Manifestationen seiner Angst das primäre Problem darstellt.

Die Symptome können sich bis hin zu Panikattacken verstärken. Im extremen Fällen kann beträchtliches Vermeidungsverhalten schließlich zu vollständiger sozialer Isolierung führen.

F40.2 Spezielle (isolierte) Phobie

Hierbei handelt es sich um Phobien, die auf ganz spezifische Situationen beschränkt sind wie auf die Nähe bestimmter Tiere, Höhen, Donner, Dunkelheit, Fliegen, geschlossene Räume, Benutzung öffentlicher Toiletten, Verzehr bestimmter Speisen, Zahnarztbesuch, Anblick von Blut oder Verletzungen oder die Furcht, bestimmten Krankheiten ausgesetzt zu sein.

Obwohl die auslösende Situation eng begrenzt ist, kann sie wie bei der Agoraphobie oder einer sozialen Phobie Panik auslösen.

Spezifische Phobien entstehen gewöhnlich in der Kindheit oder im frühen Erwachsenenalter und können unbehandelt jahrzehntelang bestehen.

Das Ausmaß der eintretenden Behinderung hängt davon ab, wie leicht die betroffene Person die phobische Situation vermeiden kann.

Strahlenkrankheit, Geschlechtskrankheiten und Aids sind häufig Objekt der Krankheitsphobien.

