

## **F 41 Sonstige Angststörungen**

Das Hauptsymptom dieser Störungen ist die Angst, die nicht auf bestimmte Umgebungssituationen begrenzt ist. Es können auch depressive und Zwangssymptome oder einige Elemente phobischer Angst vorhanden sein.

### **F 41.0 Panikstörung**

Das wesentliche Kennzeichen sind wiederkehrende schwere Angstattacken (Panik), die sich nicht auf eine spezifische Situation oder besondere Umstände beschränken und deshalb auch nicht vorhersehbar sind. Wie bei anderen Angsterkrankungen variieren die Symptome von Person zu Person, typisch ist aber der plötzliche Beginn mit Herzklopfen, Brustschmerz, Erstickungsgefühlen, Schwindel und Entfremdungsgefühlen („Ich bin nicht ich selbst!“ „Ich bin in einem falschen/anderen Film!“).

Fast stets entsteht dann sekundär auch Furcht zu sterben, Furcht vor Kontrollverlust oder Angst, wahnsinnig zu werden. Die einzelnen Anfälle dauern meistens nur Minuten, manchmal auch länger. Häufigkeit und Verlauf der Störung sind sehr unterschiedlich. Patienten erleben in einer Panikattacke häufig ein Anschwellen von Angst und körperlichen Symptomen, das meist zu einem fluchtartigen Verlassen von Situation und Aufenthaltsort führt.

Kommt dies z. B. beim Einkauf oder beim Autofahren vor, so wird der Patient möglicherweise in Zukunft diese Situation meiden. Auf ähnliche Weise können häufige und unvorhersehbare Panikattacken Angst vor dem Alleinsein oder vor öffentlichen Plätzen hervorrufen. Einer Panikattacke folgt meist die ständige Furcht vor einer erneuten Attacke. Panikattacken können besonders bei Männern im Zusammenhang mit depressiven Störungen auftreten.

### **F 41.1 Generalisierte Angststörung**

Das wesentliche Symptom ist eine generalisierte und anhaltende Angst, die aber nicht auf bestimmte Situationen in der Umgebung beschränkt oder darin nur besonders betont ist.

Wie bei anderen Angststörungen sind die hauptsächlichsten Symptome sehr unterschiedlich, aber Beschwerden wie ständige Nervosität, Zittern, Muskelspannung, Schwitzen, Benommenheit, Herzklopfen, Schwindelgefühle oder Oberbauchbeschwerden gehören zu diesem Bild.

Häufig werden Befürchtungen geäußert, der Patient selbst oder ein Angehöriger könnten demnächst erkranken oder verunglücken, sowie eine große Anzahl anderer Sorgen und Vorahnungen. Diese Störung findet sich häufiger bei Frauen, oft in Zusammenhang mit lang dauernder Belastung durch äußere Umstände. Der Verlauf ist unterschiedlich, tendiert aber zu Schwankungen und Chronifizierung.