

F43 Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen

Die Störungen unter F43 unterscheiden sich von übrigen nicht nur aufgrund der Symptome und des Verlaufs, sondern auch durch ihre Ursache: Ein außergewöhnlich belastendes Lebensereignis, das eine akute Belastungsreaktion hervorruft, oder eine besondere Veränderung im Leben, die zu einer anhaltend unangenehmen Situation geführt hat und schließlich eine Anpassungsstörung hervorruft.

Ohne ein solches Lebensereignis ist davon auszugehen, dass keine Störung entstanden wäre.

Die Störungen dieses Abschnitts können insofern als Anpassungsstörung bei schwerer oder kontinuierlicher Belastung angesehen werden, als sie erfolgreiche Bewältigungsmechanismen verhindern und aus diesem Grunde zu einer Einschränkung der sozialen Leistungsfähigkeit führen.

Selbstschädigendes Verhalten (z.B. Medikamenten-Intoxikation) kann in diesem Zusammenhang vorkommen.

F43.0 Akute Belastungsreaktion

Das auslösende Ereignis dieser Reaktion kann ein überwältigendes traumatisches Erlebnis mit einer ernsthaften Bedrohung für die Sicherheit oder körperliche Unversehrtheit des Betroffenen oder einer Bezugsperson sein (z.B. Naturkatastrophen, Unfall, Krieg, Verbrechen, Vergewaltigung) oder eine ungewöhnliche, plötzliche und bedrohliche Veränderung der sozialen Stellung und/oder des Beziehungsnetzes des Betroffenen, wie etwa Verluste durch mehrere Todesfälle, einen Brand oder ähnliches.

Die individuelle Vulnerabilität (Verletzbarkeit) und die zur Verfügung stehende Coping-Strategien (Bewältigungsmechanismen) spielen beim Auftreten und beim Schweregrad der akuten Belastungsreaktion eine Rolle.

Dies wird daran deutlich, dass nicht alle Personen, die eine außergewöhnliche Belastung erleben, auch eine Störung entwickeln.

Die Symptome sind sehr verschieden, doch typischerweise beginnen sie mit einer Art von „Betäubung“, einer gewissen Bewusstseinsengung und eingeschränkter Aufmerksamkeit, einer Unfähigkeit, Reize zu verarbeiten und Desorientiertheit.

Diesem Zustand kann weiterer Rückzug aus der aktuellen Situation folgen oder aber ein Unruhezustand und Hyperaktivität.

Dazu kommen körperliche Symptome wie Herzrasen, Schwitzen und Erröten.

Die Symptome erscheinen im Allgemeinen innerhalb von Minuten und gehen in Stunden, maximal in wenigen Tagen zurück.

Es kann eine teilweise oder vollständige Amnesie (Erinnerungslosigkeit) für das Ereignis vorliegen.

F43.1 Posttraumatische Belastungsstörung

Diese Störung entsteht als eine verzögerte Reaktion auf ein belastendes Ereignis oder eine Situation außergewöhnlicher Bedrohung oder katastrophenartigen Ausmaßes (kurz oder langanhaltend), die bei fast jedem eine tiefe Verzweiflung hervorrufen würde.

Hierzu gehören eine durch Naturereignisse oder von Menschen verursachte Katastrophe, eine Kampfhandlung, ein schwerer Unfall oder Zeuge des gewaltsamen Todes anderer oder selbst Opfer von Folter, Terrorismus, Vergewaltigung oder anderer Verbrechen zu sein.

Typische Merkmale der Posttraumatischen Belastungsstörung sind das wiederholte Erleben des Traumas in sich aufdrängenden Erinnerungen (Nachhallerinnerungen, Flashbacks), oder in Träumen, vor dem Hintergrund eines andauernden Gefühls von Betäubtsein und emotionaler Stumpfheit, Gleichgültigkeit gegenüber anderen Menschen, Teilnahmslosigkeit der Umgebung gegenüber und Vermeidung von Aktivitäten und Situationen, die Erinnerungen an das Trauma wachrufen könnten.

Üblicherweise findet sich Furcht vor und Vermeidung von Stichworten, die den Leidenden an das ursprüngliche Trauma erinnern könnten. Selten kommt es zu dramatischen akuten Ausbrüchen von Angst, Panik oder Aggression, ausgelöst durch ein plötzliches Erinnern und intensives Wiedererleben des Traumas oder der ursprünglichen Reaktion darauf.

Gewöhnlich tritt ein Zustand vegetativer Übererregbarkeit mit Vigilanzsteigerung (Wachsamkeit), einer übermäßigen Schreckhaftigkeit und Schlaflosigkeit auf. Angst und Depression sind häufig mit den genannten Symptomen und Merkmalen assoziiert und Suizidgedanken sind nicht selten. Drogeneinnahme und übermäßiger Alkoholkonsum können als komplizierende Faktoren hinzukommen.

Die Störung folgt dem Trauma mit einer Latenz (Zeit ohne Symptome), die Wochen bis Monate, aber selten länger als 6 Monate, dauern kann.

Der Verlauf ist wechselhaft, in der Mehrzahl der Fälle kann jedoch eine Heilung erwartet werden. Bei wenigen Patienten nimmt die Störung über viele Jahre einen chronischen Verlauf und geht dann in eine dauernde Persönlichkeitsänderung über.

F43.2 Anpassungsstörungen

Hier handelt es sich um Zustände von subjektivem Leiden und emotionaler Beeinträchtigung, die soziale Funktionen und Leistungen behindern und während des Anpassungsprozesses nach einer entscheidenden Lebensveränderung, nach einem belastenden Lebensereignis oder nach schwerer körperlicher Krankheit auftreten.

Die Belastung kann die Unversehrtheit des sozialen Netzes betroffen haben (bei einem Trauerfall oder Trennungserlebnis), das weitere Umfeld sozialer Unterstützung oder soziale Werte (wie bei Emigration oder nach Flucht). Die Belastung kann dabei nur den Einzelnen oder auch seine Gruppe oder Gemeinde betreffen.

Individuelle Faktoren spielen bei der Anpassungsstörung eine größere Rolle als bei anderen Krankheitsbildern von F43, es ist aber dennoch davon auszugehen, dass sie ohne die

Belastung nicht entstanden wäre.

Die Anzeichen sind unterschiedlich und umfassen depressive Stimmung, Angst, Besorgnis (oder eine Mischung von diesen), ein Gefühl, unmöglich zurechtzukommen, vorausplanen oder in der gegenwärtigen Situation fortfahren zu können., ferner eine Einschränkung bei der Bewältigung der alltäglichen Routine.

Der Betroffene kann sich so fühlen, als stehe er kurz vor dramatischem Verhalten oder Gewaltausbrüchen, wozu es aber selten kommt.

Besonders bei Jugendlichen können jedoch Störung des Sozialverhaltens, wie zum Beispiel aggressives oder dissoziales Verhalten, zu dieser Störung gehören.

Bei Kindern gehören regressive Phänomene, wie das Wiederauftreten von Bettnässen, Babysprache oder Daumenlutschen häufig zu diesem Syndrom.

Die Störung beginnt im allgemeinen innerhalb eines Monats nach dem belastenden Ereignis oder der Lebensveränderung. Die Symptome halten meist nicht länger als 6 Monate an.