

Uniklinikum
Würzburg



Spezialambulanz: Angst- und Zwangserkrankungen

**Klinik und Poliklinik für Psychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie
Zentrum für Psychische Gesundheit (ZEP)**
Direktor: Prof. Dr. med. Jürgen Deckert

ZEP

Zentrum für
Psychische
Gesundheit



Angst & Zwang

Angst

Angst ist eigentlich ein normales Gefühl, Angstreaktionen schützen uns im Alltag vor Gefahren. Angstreaktionen signalisieren: Vorsicht – Gefahr! Solche Angstreaktionen sind häufig begleitet von Herzklopfen, Unruhe, Atemnot und anderen Symptomen. Bei manchen Menschen treten Angstreaktionen in Situationen auf, in denen objektiv eigentlich keine Gefahr besteht. Ohne zu wissen, warum, entwickeln diese Menschen Ängste, die dazu führen können, dass der Alltag erheblich beeinträchtigt ist, dass die Arbeitsfähigkeit nachlässt und dass bestimmte Tätigkeiten zunehmend vermieden werden, wie z.B. das Fahren in öffentlichen Verkehrsmitteln oder Einkaufen. Angsterkrankungen, zu denen die Soziale Phobie, die Agoraphobie, die Spezifischen Phobien, die Panikstörung und die Generalisierte Angsterkrankung gehören, betreffen weltweit etwa 13% aller Menschen.

Zwang

Patienten mit Zwangserkrankungen haben beispielsweise das Bedürfnis, sich ständig die Hände zu waschen oder elektrische Geräte in der Wohnung zu kontrollieren, oder müssen bestimmte Gedanken sehr häufig wiederholen. Zwangshandlungen oder auch Zwangsgedanken gehen häufig mit Angst einher, kosten die Patienten viel Energie und können in der Folge zu Erschöpfung und Depressionen führen. Zwangserkrankungen betreffen etwa 2-3% der Bevölkerung und sind für Betroffene und deren Angehörige sehr belastend.

Behandlungskonzept

Am Anfang steht in der Regel ein ausführliches Gespräch mit intensiver medizinischer, psychiatrischer und psychologischer Diagnostik. Dabei werden in Zusammenarbeit mit Kollegen anderer Disziplinen am UKW (z.B. Kardiologie, Neurologie) sorgfältig alle möglichen körperlichen Ursachen Ihrer Erkrankung ausgeschlossen (z.B. Blutuntersuchungen, EEG, EKG, ggf. Kernspintomographie).

Angst- und Zwangserkrankungen sind gut behandelbar. Je rascher die Erkrankung erkannt und behandelt wird, desto geringer ist die Gefahr der Entwicklung chronischer Probleme und Zusatzerkrankungen. Entsprechend den aktuellen Leitlinien der Fachgesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde (DGPPN) werden psychotherapeutische Verfahren und medikamentöse Optionen eingesetzt.

Behandlungsschwerpunkte

- ▶ Panikstörung und Agoraphobie
- ▶ Generalisierte Angststörung (GAS)
- ▶ Soziale Phobie
- ▶ Angst und Depression gemischt
- ▶ Zwangserkrankungen (Zwangsgedanken, -handlungen, -impulse)

Therapieangebot der Klinik bei Angst- und Zwangserkrankungen

- ▶ Spezialambulanz für Angst- und Zwangserkrankungen
- ▶ Psychosomatische Tagesklinik
- ▶ Station V Ost mit psychotherapeutischem Schwerpunkt

Zusammenarbeit mit Fachgesellschaften und Selbsthilfe

- ▶ Deutsche Gesellschaft für Angstforschung (GAF)
- ▶ Deutsche Gesellschaft Zwangserkrankungen e.V.

Wichtige Regeln zum Umgang mit Angst

- ▶ Angstreaktionen und dabei auftretende körperliche Symptome sind Zeichen einer normalen Stressreaktion
- ▶ Angstreaktionen bedeuten keine Gefahr für die körperliche Gesundheit
- ▶ Versuchen Sie, in einer Angstsituation ruhig durchzuatmen
- ▶ Konzentrieren Sie sich nicht auf Ihre Symptome
- ▶ Bleiben Sie in der Situation, bis die Angst vorübergeht
- ▶ Vermeiden Sie keine Angstsituationen
- ▶ Versuchen Sie eher, sich angstauslösenden Situationen auszusetzen
- ▶ Seien Sie stolz, wenn Sie dabei auch kleine Erfolge haben
- ▶ Seien Sie nicht ungeduldig, wenn therapeutische Maßnahmen nicht nach wenigen Tagen bereits greifen, die Therapie der Angst braucht Zeit
- ▶ Angst ist behandelbar

Kontakt

Leitung

PD Dr. med. Dipl.-Psych. S. Unterecker

Mitarbeiter

Dr. Czemper, Ärztin

Dipl.-Psych. M. Kretzschmar

Dipl.-Psych. M. Mahr

Kontakt und Terminvereinbarung

Spezialambulanz für Angst- und Zwangserkrankungen

Klinik und Poliklinik für Psychiatrie,

Psychosomatik und Psychotherapie

Zentrum für Psychische Gesundheit (ZEP)

Margarete-Höppel-Platz 1 · 97080 Würzburg

Telefon: (09 31) 201-77800

Fax: (09 31) 201-77840

eMail: psychpol@mail.uni-wuerzburg.de

Homepage: www.ppp.ukw.de/klinik/spezialambulanz-angst-und-zwangserkrankungen.html

Anreise



Die Klinik ist ab dem Würzburger Hauptbahnhof mit den Straßenbahnlinien 1 und 5 Richtung Grombühl (Haltestelle Wagnerplatz) zu erreichen. Von der Haltestelle Wagnerplatz sind es noch etwa 5 Gehminuten bis zur Klinik.

Weitere Informationen zur Anreise und zu Parkmöglichkeiten im Internet:

www.ukw.de/anreise

Besuchen Sie unsere Homepage:
www.zep.ukw.de