



# Psychosomatische Erkrankungen

Wenn Körper und Seele nicht im Gleichgewicht sind

Veröffentlicht von Christina Rehm am 28. Februar 2017



## Psychosomatische Erkrankungen – wenn Körper und Seele nicht im Gleichgewicht sind

Psychosomatische Störungen werden immer häufiger. Zu nennen sind hier insbesondere das Reizdarmsyndrom, Reizmagen, funktionelle Herzbeschwerden und die Reizblase. Vor ein paar Jahren wurden Betroffene dieser Erkrankungen gerne auf die „Psycho-Schiene“ geschoben, doch die öffentliche Wahrnehmung verändert sich zunehmend dahin, dass die betroffenen Organe bei diesen Störungen zwar nicht beeinträchtigt sind, die Symptome aber dennoch echt sind. Bei einem Reizdarmsyndrom können beispielsweise keine körperlichen Gründe gefunden werden, dennoch sind Blähungen, Durchfall, Obstipation, generelles Unwohlsein die täglichen Begleiter der Leidenden.

Oftmals ist der Beginn von psychosomatischen Erkrankungen ganz harmlos und schleichend. In einer Alltagssituation „funktioniert“ der Körper überraschend nicht so, wie er soll. Plötzlich klopft das Herz stärker als man es sonst gefühlt hat, oder der Bauch grummelt ohne erkennbaren Grund. Wenn dies immer öfter geschieht, so fokussiert sich der Patient ganz automatisch immer mehr auf die Wahrnehmung der gestörten Funktion. Oft ist dann der erste Gang zum Hausarzt, der mit Ultraschall etc nichts erkennen kann und den Patienten mit einem zur Beruhigung gedachten Medikament nach Hause schickt. Bei Störungen im Magen-Darm Trakt werden gerne Magensäurehemmer wie Omeprazol oder Pantoprazol verschrieben, die bestenfalls als Placebo wirken können.

Wenn die Symptome nicht von selbst verschwinden, geraten die Betroffenen oftmals in einen Teufelskreislauf aus Angst vor der Angst. Je mehr sie die Wahrnehmung auf das Herzklopfen, auf das Unwohlsein im Bauch, oder das Gefühl, gleich aus Klo zu müssen, legen, umso mehr verstärken sich die Symptome. Die Lebensqualität ist deutlich eingeschränkt, da es den meisten Betroffenen in Ruhe und alleine deutlich besser geht als in Gesellschaft, bei der Arbeit etc.

Nun ist oft der Moment gekommen, an dem sich die Betroffenen nochmal an einen Arzt wenden und nach genauerer Untersuchung bestenfalls mit einer Empfehlung zum Psychologen weitergeleitet werden. Im schlechtesten Fall wird der Erkrankte nicht ernst genommen oder muss unnötige Medikamente einnehmen. In der Schulmedizin werden Körper und Seele immer noch zu oft getrennt behandelt und so kann vielen Betroffenen nicht wirklich geholfen werden, da beide Komponenten aus dem Gleichgewicht geraten sind. Oftmals lassen sich aber auch während einer Psychotherapie die Auslöser einer funktionellen Erkrankung nicht sicher erkennen. Eine große Rolle spielen aber sicherlich die Themen: Kontrolle über das Leben, Grenzen setzen, mit Stress umgehen lernen.

Nicht selten sind Betroffene funktioneller Erkrankungen zwischen 20 und 30, wollen nach außen perfekt sein und verlangen trotz größtem Stress immer noch von sich selber ab zu funktionieren. Die Erkrankung ist dann die letzte Notbremse des Körpers, damit der Mensch zur Ruhe kommen muss. Oftmals warnt der Kopf schon lange in Stresssituationen, dass einem alles zuviel ist, zum Beispiel mit Schlafstörungen, Unruhe, Unzufriedenheit, Traurigkeit. Wenn man diese Warnsignale zu oft übergeht, suchen sie sich ein körperliches Ventil.

Die Homöopathie hat die wunderbare Fähigkeit gleichzeitig sowohl auf die Seele, als auch auf den Körper einzuwirken. Sie hat damit das große Potential, psychosomatische Erkrankungen zu heilen. Wichtig für den Behandler sind dabei vor allem die Art und Häufigkeit der Symptome, die Gefühle dabei, und wann und wodurch eine Besserung eintritt. Damit kann der Homöopath die möglichen Mittel gut eingrenzen und das individuelle Mittel herausuchen.

Meine Patienten berichten oft, die Gedanken und Angst vor den Symptomen würden im Laufe der Einnahme wie „von selbst“ immer weniger werden. Die Angstspirale kann oft gar nicht mehr bewusst ausgelöst werden und so verlieren Körper und Seele immer mehr ihre negative Verbindung und dem Patienten geht es besser. Durch die oftmals schon jahrelange Leidenszeit sind die Beschwerden oft chronisch, so dass natürlich nicht mit einer „Wunderheilung“ zu rechnen ist. Dennoch vermag die Homöopathie recht schnell Lebensqualität zurückzugeben, die Schwere der Beschwerden zu verringern und ein stabileres Nervenkostüm zu erzielen.