

Psychosen verstehen



Teil 2 Therapieoptionen

Was ist eine Psychose?

Eine Psychose ist eine ernstzunehmende Erkrankung. Betroffene verlieren zeitweise den Bezug zur Realität, nehmen ihre Umwelt anders wahr und begreifen sie anders als gesunde Menschen. Wenn frühzeitig ärztliche Hilfe in Anspruch genommen wird, lässt sich eine Psychose heute gut behandeln.



Muss eine Psychose immer behandelt werden?

Ja, eine Psychose muss unbedingt mit einer medikamentösen und nicht medikamentösen Therapie behandelt werden. Beide Therapieformen sind wichtige Voraussetzungen für eine erfolgreiche Therapie und können den Langzeitverlauf positiv beeinflussen. Zudem verbessert eine Behandlung die Lebensperspektive und kann die geistige Leistungsfähigkeit erhalten.

Was passiert, wenn ich mich nicht behandeln lasse?

Wird die Erkrankung nicht therapiert, ist eine weitere Verschlechterung sehr wahrscheinlich. Wenn die Behandlung zu früh abgebrochen wird, kommt es häufig zu Rückfällen. Mit jedem Rückfall verschlechtert sich die kognitive Leistungsfähigkeit, also die Fähigkeit, Dinge richtig wahrzunehmen.

Wie sieht die individuelle Therapie aus?

Eine gute Therapiezielplanung berücksichtigt sowohl individuelle Lebenssituationen als auch spezifische Symptome. Die individuellen Therapieziele können und sollten im Laufe der Behandlung angepasst werden. Neben der Behandlung mit Medikamenten gibt es weitere bewährte Maßnahmen wie Psychoedukation, Psychotherapie und psychosoziale Maßnahmen.

„Ich habe mir frühzeitig ärztliche Hilfe gesucht, seitdem kann ich mein Leben wieder besser steuern.“

Psychosoziale Maßnahmen

Der sozialpsychiatrische Ansatz versteht sich als eine patientennahe Psychiatrie im gewohnten Umfeld. Eine Behandlung ist dann erfolgreich, wenn alle bewährten Therapiebausteine ineinandergreifen und sich ergänzen. Diesen umfassenden Ansatz bezeichnet man als integrierte Versorgung. Die wichtigsten Bausteine der integrierten Versorgung sind medikamentöse, psychologische und psychosoziale Therapieformen sowie die Förderung der Selbsthilfe.

Hilfe und Halt bieten:

- sozialpsychiatrische Dienste und Krisendienste
- betreute Wohngemeinschaften
- Beschäftigungsmöglichkeiten, z. B. in Selbsthilfefirmen
- Selbsthilfegruppen



Psychoedukation

Die Psychoedukation zielt darauf ab, über die Erkrankung zu informieren. Dadurch soll ein tieferes Verständnis für die Hintergründe der Erkrankung und die erforderlichen Behandlungsmaßnahmen ermöglicht werden.

- Psychoedukative Gruppen für Betroffene und Angehörige sind besonders hilfreich.
- Zielsetzung ist der bessere Umgang mit der Belastung und mit Konflikten.
- Wissenschaftliche Untersuchungen belegen einen verbesserten Krankheitsverlauf.

Psychotherapie

Um mit den Herausforderungen einer Erkrankung besser umgehen zu können, ist in den meisten Fällen eine Psychotherapie sehr hilfreich. Hier gibt es ein breites Angebot von Behandlungsformen. Welche Psychotherapie infrage kommt, wird mit dem Arzt im Rahmen der Behandlungsplanung besprochen. Hilfe bietet eine Therapie z. B. bei

- Problemen mit Stressbewältigung
- Schwierigkeiten im Umgang mit anderen Menschen
- Alltagsproblemen und Schicksalsschlägen

WICHTIG: Das geschickte Vermeiden und die erfolgreiche Bewältigung von individuellen Stressfaktoren sind während einer Psychotherapie erlernbar.



Medikamentöse Therapie

Ein sehr wichtiger Bestandteil einer erfolgreichen Psychose-Therapie ist die Behandlung mit antipsychotisch wirksamen Medikamenten. Wichtig ist dabei die regelmäßige Einnahme. Sollten Medikamente nicht regelmäßig oder gar nicht eingenommen werden, kann es zu einem Rückfall kommen. Es besteht außerdem die Gefahr, dauerhafte Symptome zu entwickeln.

Antipsychotika

- werden über einen längeren Zeitraum eingenommen
- können Krankheitssymptome mindern
- schützen vor Rückfällen

Wirksamkeit und Verträglichkeit des Präparats sollten immer im Vordergrund stehen.



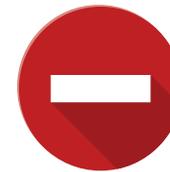
WICHTIG: Ein Antipsychotikum, das in der akuten Phase gut gewirkt hat, muss nicht unbedingt das Richtige für eine längere Behandlung sein. Oft schlagen Ärzte deshalb ein anderes Medikament für die Langzeittherapie vor.

Unterschiedliche Stadien der Erkrankung, in denen Medikamente zum Einsatz kommen:



1. Die akute Phase

der Erkrankung mit sehr vielen Symptomen wie Wahn und Halluzinationen (**Plus-Symptome**)



2. Der Zeitraum nach Abklingen

der akuten Phase mit Symptomen wie sozialer Rückzug und gedämpften Gefühlsäußerungen (**Minus-Symptome**)



3. Der langfristige Rückfallschutz

(Rezidivprophylaxe)

Medikamentöse Therapie

Typische Antipsychotika (Antipsychotika der ersten Generation)

Bei hochpotenten Antipsychotika können Nebenwirkungen wie Parkinsonoid mit Steifigkeit, kleinschrittigem Gang und Zittern vorkommen. Bei mittel-/niederpotenten Antipsychotika können Nebenwirkungen wie starke Müdigkeit, Kreislaufprobleme, trockener Mund und Darmträgheit auftreten.

Atypische Antipsychotika (Antipsychotika der zweiten Generation)

Sie verursachen in der Regel weniger Nebenwirkungen als die typischen Antipsychotika. Trotzdem können Gewichtszunahme und Müdigkeit auftreten.



WICHTIG: In der Regel werden die atypischen Antipsychotika besser vertragen als die typischen. Dies ist jedoch bei jedem Patienten unterschiedlich und individuell. Es sollte deshalb regelmäßig mit dem Arzt besprochen werden, welches Medikament zu welchem Zeitpunkt am besten passt.

Das richtige Medikament

Bei einer Psychose kommt eine Vielzahl verschiedener Antipsychotika zum Einsatz. Da jedes Medikament bei jedem Menschen anders wirkt und unterschiedlich vertragen wird, ist es wichtig, Wirkung und Verträglichkeit des Medikaments zu beobachten.

Die **sorgfältige Auswahl der Medikamente** und die **gewissenhafte Einnahme** sind für den erfolgreichen Therapieverlauf von elementarer Bedeutung.

Eine „maßgeschneiderte“ Therapie berücksichtigt immer die persönlichen Bedürfnisse und Lebensumstände.

Verläuft der Alltag eher ruhig und gleichmäßig? Oder ist er durch viele Aktivitäten geprägt? Sind die Tage ähnlich, oder ist jeder Tag anders? Dies alles hat Auswirkungen auf

- die Darreichungsform (z. B. Tablette, Injektion)
- die Einnahmehäufigkeit (täglich oder in mehrwöchentlichen bzw. mehrmonatlichen Abständen)

Gemeinsam mit Ihrem Arzt entscheiden

Informieren Sie sich bei Ihrem Arzt ausführlich über die jeweilig vorgeschlagenen Medikamente und Alternativen. Denn wenn auch Sie überzeugt sind, die richtige Wahl getroffen zu haben, fällt die regelmäßige Einnahme deutlich leichter.

Nebenwirkungen der Antipsychotika

Alle Medikamente können Nebenwirkungen verursachen. Durch eine gute Information der Patienten und ihrer Angehörigen können sie aber meist rechtzeitig erkannt werden und sind durch Dosisanpassung und eventuelle Umstellung der Medikation gut zu beheben. Mögliche Nebenwirkungen sind folgende:

EPMS (Extrapyramidalmotorisches Syndrom)

Hierzu zählen alle Störungen, die durch Blockaden der Dopaminweiterleitung verursacht werden. Dadurch entsteht z. B. das Parkinsonoid (Symptome wie bei der Parkinson-Krankheit, klingen aber nach Verringerung oder Absetzen der Medikation wieder vollständig ab).

1. **Parkinsonoid** (z. B. Steifigkeit der Muskulatur, Zittern)
2. **Akathisie** (Sitz- und Bewegungsunruhe)
3. **Spätdyskinesien** (unwillkürliche Bewegungen der Gesichtsmuskulatur und in den Fingern)
4. **Malignes neuroleptisches Syndrom** (Benommenheit, Temperaturanstieg)



WICHTIG: Reagieren Sie sofort bei den ersten Anzeichen einer Bewegungsstörung und besprechen Sie eine mögliche Umstellung der Medikation mit dem behandelnden Arzt, um mögliche bleibende Bewegungsstörungen zu verhindern. **Medikamente immer nur in Absprache mit dem Arzt absetzen oder umdosieren, keine Eigenmedikation!**

Vegetative Nebenwirkungen

Die vegetativen Nebenwirkungen beziehen sich auf das Nervensystem, das nicht dem Willen unterworfen ist:

- Mundtrockenheit
- Verstopfung
- verschwommenes Sehen
- niedriger Blutdruck, Müdigkeit
- Schläfrigkeit, Benommenheit
- Beeinträchtigung der Sexualfunktionen
- Gewichtszunahme



Psychopharmaka

Antipsychotika sind die wichtigsten Medikamente in der Behandlung von Psychosen. Aber auch weitere Psychopharmaka können hilfreiche Dienste bei der langfristigen Behandlung von psychotischen Erkrankungen leisten. Deshalb nachfolgend ein kurzer Überblick über die wichtigsten Psychopharmaka.

Ergänzende Therapieoptionen

Tranquilizer (beruhigende Medikamente)

- Nur zur kurzfristigen Behandlung geeignet; können zu Abhängigkeit führen.
- Wirken angstlösend bei Panikzuständen.
- Können eine rasche Hilfe und Erleichterung in Akutsituationen sein.



Auch Angehörige können sich informieren: www.psychose-wissen.de

Dieses Material enthält lediglich Beispiele für die im Rahmen einer Schizophrenie-Behandlung abzuklärenden medizinischen Gesichtspunkte und ist nicht als Diagnostik- oder Therapieempfehlung zu verstehen. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit! Patientenindividuell können weitere wichtige Behandlungsaspekte abzuklären sein. Die Entscheidung über Diagnose und Therapie obliegt allein dem behandelnden Arzt.

Alle im Bereich dieses Dokuments zur Verfügung gestellten Informationen wurden mit größtmöglicher Sorgfalt erarbeitet und zusammengestellt. Die Janssen-Cilag GmbH übernimmt dennoch keine Gewähr für ihre Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit. Für den Ersatz von Schäden, gleich aus welchem Rechtsgrund, haftet Janssen-Cilag nur, wenn ihr, ihren gesetzlichen Vertretern, Mitarbeitern oder Erfüllungsgehilfen Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last fällt. Schadensersatzansprüche wegen der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit oder aus einer zwingenden Gefährdungshaftung bleiben von der vorstehenden Regelung ausgeschlossen.

Janssen-Cilag GmbH

Johnson & Johnson Platz 1
41470 Neuss
www.janssen.com/germany

