

Psychotherapeuten suchen nach einer Burn-out-Definition

Ein **Positionspapier** soll für Klarheit sorgen. Bisher fehlen verbindliche Diagnosekriterien

HAMBURG :: Seit Monaten ringen Psychiater, Psychotherapeuten und Psychologen in den Medien um eine klare Definition der Burn-out-Diagnose. Denn die gibt es bislang nicht. „Ein Großteil der Menschen, die wegen Burn-out eine Auszeit nehmen, leidet de facto schlicht an einer depressiven Erkrankung“, sagt der Vorsitzende der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, Ulrich Hegerl. Mit seiner vehementen Kritik am „Modebegriff Burn-out“ hat Hegerl eine öffentliche Debatte angestoßen. Jetzt könnte sich etwas ändern: Am 7. März will die Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN) in Berlin ein Positionspapier vorstellen, das Klarheit in die Begrifflichkeiten bringen und Ärzten künftig dabei helfen soll, genauere Diagnosen zu stellen.

„In den Medien ist viel durcheinandergeraten“, sagt der Freiburger Psychiater Mathias Berger. Er ist einer der sieben Experten in der Arbeitsgruppe, die das Papier derzeit entwickelt. „Man gewinnt den Eindruck, dass Burn-out als eine Krankheit der Starken und Depressionen als Krankheit der Schwachen gilt.“ Das aber sei fatal.

Viele Prominente wie Rosenstolz-Sänger Peter Plate oder die Kommunikationswissenschaftlerin Miriam Meckel, die sich zu ihrem „Ausgebranntsein“ bekannten, zeigen für Berger aufgrund ihrer eigenen Schilderung in den Medien Anzeichen einer eigentlichen Depression. „Aber in unserer Leistungsgesellschaft klingt die Diagnose Burn-out besser, denn wer ausgebrannt ist, kann sich darauf berufen, vorher bis zum Umfallen gearbeitet zu haben“, kritisiert der Ärztliche Direktor für Psychiatrie an der Freiburger Uniklinik.

Hamburger Psychologe ordnet Burn-out 130 Symptome zu

Allerdings ist Berger vorsichtig. Burn-out wie sein Kollege Hegerl nur als eine „Ausweichdiagnose für Depressionen“ zu verstehen. „Es ist ein überlastungsbedingter Risikozustand“, sagt er. Im Positionspapier soll daher auch betont werden, dass die Burn-out-typische Erschöpfung in erster Linie mit der Überlastung am Arbeitsplatz oder innerhalb der Familie zu tun hat. Dieser Zustand sei aber noch keine Erkrankung, die intensiv behandelt werden müsse. „Hier kann es schon helfen, wenn der Arbeitsdruck reduziert wird oder die Betroffenen lernen, sich besser zu entspannen und ihre Freizeit erholsamer zu gestalten.“

Doch aus dem „Risikozustand Burn-out“ kann sich laut Berger schnell das „Vollbild einer Depression“ oder anderer psychischer Störungen wie Panikattacken, Angststörungen oder Süchte entwickeln, wenn jemand dazu eine Veranlagung hat. „Arbeitsüberlastung, das heißt Burn-out, ist als auslösender oder aufrechterhaltender Faktor für die Erkrankung zu sehen“, erklärt Berger.

Zahlreiche Kollegen wie der Hamburger Psychologe Matthias Burisch sehen das anders. Sie definierten Burn-out nicht als einen „Zustand“, sondern einen „krisenhaften Prozess“, der in verschiedenen Phasen verläuft und an dessen Ende Depression, Verzweiflung und Suizidabsichten stehen. 130 Symptome ordnet Burisch dem Burn-out-Syndrom zu.

Berger und seine Arbeitsgruppe dagegen wollen in dem Positionspapier eine klare Unterscheidung treffen zwischen psychischen Erkrankungen, die eine intensive medikamentöse und psychotherapeutische Behandlung erfordern, und einer zeitweiligen Erschöpfung, die aus der Überforderung am Arbeitsplatz resultiert. Denn beim Burn-out, sagt Berger, seien nicht nur Ärzte und Psychologen gefragt, sondern auch Arbeitgeber: „Arbeitgeber sind auch für die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeiter verantwortlich.“ (epd)

Gefährlicher Einriss in der Arterie

Mit einem **bisher einmaligen Eingriff** retteten Hamburger Ärzte in der AK St. Georg einem Patienten das Leben

CORNELIA WERNER

HAMBURG :: Dramatische Stunden in der Asklepios-Klinik (AK) St. Georg: Mit starken Brustschmerzen kam ein 68 Jahre alter Patient in die Notaufnahme. Bei der Untersuchung mit der Computertomografie fanden die Ärzte, dass sich im Brustkorb des Patienten an der Hauptschlagader (Aorta) ein elf Zentimeter großes Aneurysma gebildet hatte. Diese riesige Aussackung des Blutgefäßes (siehe Infokasten) befand sich am aufsteigenden Teil der Aorta kurz nach ihrem Abgang aus dem Herzen. „Das Aneurysma war bereits eingerissen. Die Blutung wurde nur begrenzt durch die Außenhaut der Aorta und Verwachsungen, die durch frühere Operationen entstanden waren. Es bestand die Gefahr, dass der Patient verblutet“, sagt Dr. Ralf Bader, leitender Oberarzt der Herzchirurgie in der AK St. Georg.

Da bei der Lage und Größe des Aneurysmas alle herkömmlichen Behandlungsmethoden nicht infrage kamen, entschlossen sich Bader und der Gefäßmediziner Dr. Hans Krankenberg vom Angiologikum Hamburg zu einem minimal-invasiven Eingriff, der noch nie vorher durchgeführt wurde: Sie retteten dem Patienten das Leben, indem sie ihm mithilfe eines Katheters, den sie durch die Herzspitze bis in die Hauptschlagader vorschoben, eine Stentprothese in den aufsteigenden Teil der Aorta einsetzten. Das feine Metallgerüst, das mit einer Kunststoffschicht ummantelt ist, wird dann in dem Blutgefäß entfaltet.

Es bestand die Gefahr, dass es bei einer Operation zu einer tödlichen Blutung kommen könnte.

„Bei diesem Patienten hatten wir eine besondere Situation“, berichtet Bader. Aufgrund der starken arteriosklerotischen Veränderungen war die Innenschicht der Hauptschlagader des Patienten sehr schon in den Jahren vorher immer wieder an verschiedenen Stellen eingerissen, sodass das Blut nicht nur in der Arterie floss, sondern sich auch einen neuen Weg zwischen den Schichten der Arterienwand bahnte. Mediziner sprechen dann von einer sogenannten Aortendissektion. Deswegen hatte der Patient bereits eine Gefäßprothese im aufsteigenden Teil der Aorta erhalten, die operativ eingesetzt wurde, und eine Stentprothese im absteigenden Teil der Hauptschlagader, kurz nach dem Abgang der Arterien, die den Kopf versorgen. Der Riss, der jetzt das Aneurysma verursacht hatte, befand sich kurz oberhalb der operativ eingesetzten Gefäßprothese.

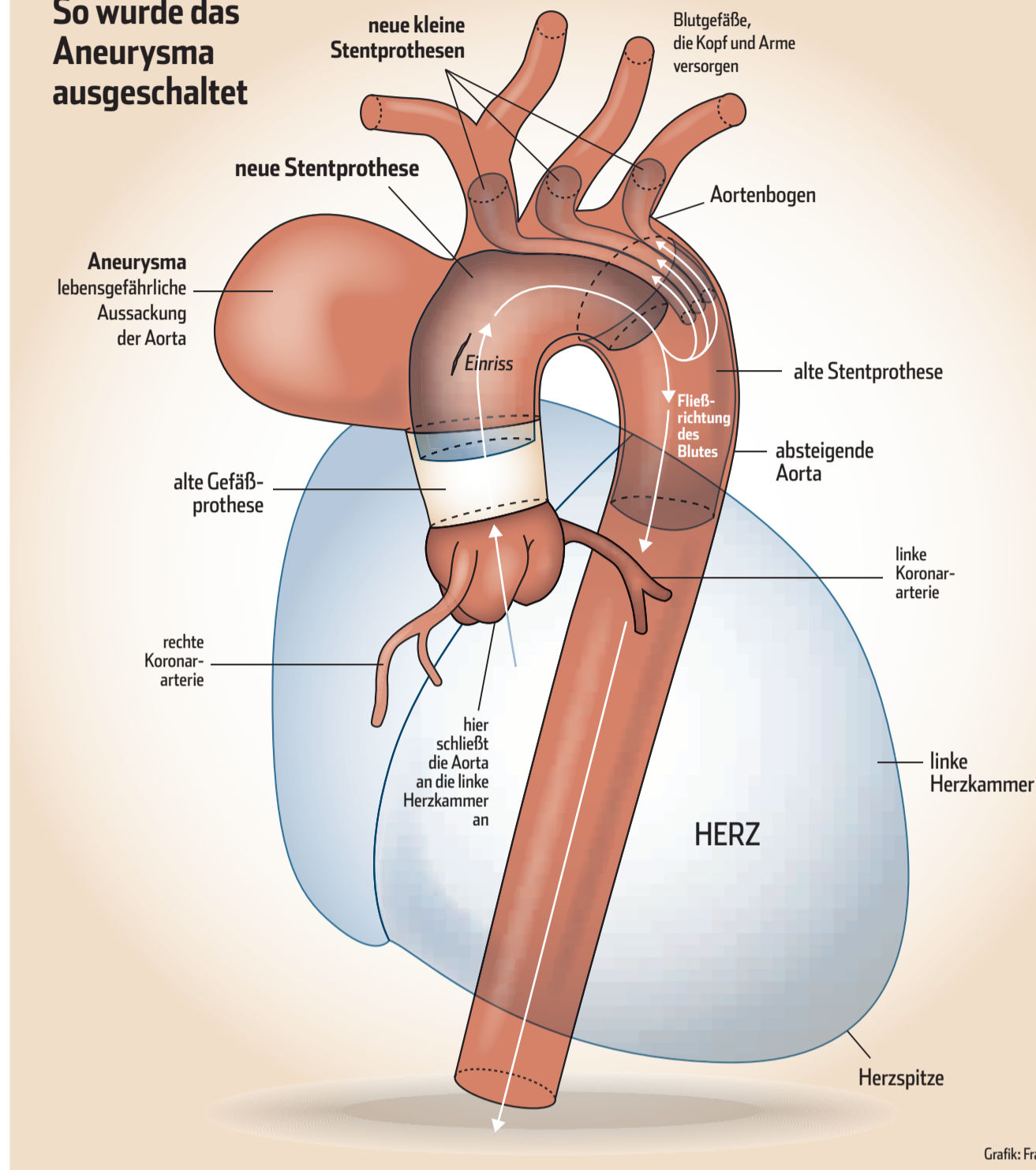
„Dieser Teil der Hauptschlagader wird normalerweise operativ mit einer Prothese versorgt. Aber das war in diesem Fall nicht möglich, weil das Aneurysma so groß war, dass es bereits von unten gegen das Brustbein drückte. Es bestand die große Gefahr, dass es bei einer Operation zu einer tödlichen Blutung kommen könnte“, sagt Bader. Auch eine Versorgung mit einer Stentprothese war nicht möglich. Sie konnte nicht von der Leiste aus bis zu dem Aneurysma vorgeschoben werden, weil sie dann die großen Blutgefäße verschlossen hätte, die aus dem Aortenbogen entspringen und den Kopf und die Arme versorgen.

Also nutzten die Ärzte ihre gesamte Erfahrung und entschlossen sich zu einem neuen Weg. „Wir kennen bereits

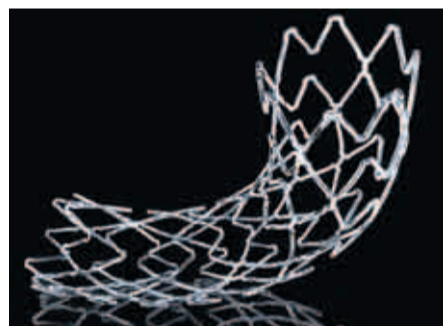


Dr. Hans Krankenberg (l.), Dr. Ralf Bader. Fotos: Asklepios/Angiologikum

So wurde das Aneurysma ausgeschaltet



Grafik: Frank Hasse



Stentprothesen bestehen aus ummantelten Metallgerüsten. Foto: picture-alliance

einen Eingriff, bei dem wir durch einen Schnitt im Brustkorb einen Katheter durch die Herzspitze bis zur Aortenklappe führen und diese durch eine neue Klappe ersetzen. Deswegen haben wir überlegt, den gleichen Weg zu wählen und so eine Stentprothese in den aufsteigenden Teil der Aorta zu legen“, erzählt Krankenberg.

Ein Führungsdraht reichte von der Herzspitze bis zur Leiste

Dafür wurde zunächst ein Führungsdraht durch die Herzspitze in die Hauptschlagader bis zur Leiste geführt. „Dieser Draht wurde mit Klemmen stramm befestigt, sodass er wie eine Schiene in der Arterie lag und eine sichere Führung der Stentprothese durch den Aortenbogen ermöglichte“, sagt Bader. Über diesen Draht wurde dann der erste Teil der Stentprothese in die Hauptschlagader bis zu der früher eingesetzten Stentprothese vorgeschoben, aber noch nicht entfaltet.

Denn gleichzeitig musste auch die Versorgung der Gefäße, die zum Kopf und in die Arme ziehen, gesichert werden. Deswegen setzte Krankenberg dort von oben in drei Arterien, sozusagen wie Schornsteine, Gefäßstützen ein, die

in der Hauptschlagader endeten. Die Stents lagen so weit in der bereits früher eingesetzten Stentprothese, dass ihre Öffnungen nicht von der neuen Prothese verdeckt waren. „Diese Technik ist bereits bekannt aus der Versorgung von Aneurysmen der Bauchaorta. Mit dieser Methode werden die Nierenarterien versorgt, wenn ein Aneurysma über die Abgänge dieser Blutgefäße hinwegzieht“, erklärt Krankenberg.

Nun lagen alle Stents in der richtigen Position. „Das war der entscheidende Moment“, sagt Bader. Denn alle vier Stents mussten jetzt mit einem Ballon gleichzeitig aufgedehnt werden. Das gelang, und eine Kontrastmittelaufnahme zeigte, dass alle drei Blutgefäße zum Kopf und zu den Armen genug Blut erhielten. Anschließend verlängerten die Ärzte die erste Stentprothese noch mit einem zweiten Stück, das bis zu der alten Gefäßprothese reichte. Damit war die akute Gefahr für den Patienten gebannt. Wie eine weitere Kontrastmitteluntersuchung zeigte, floss das Blut jetzt auf normalem Weg durch die Hauptschlagader – das Aneurysma war ausgeschaltet. „Diese Aussackung bildet sich dann im Laufe der Zeit zurück, weil das ausgetretene Blut vom Gewebe aufgenommen und abtransportiert wird“, erklärt Bader.

Das Leben des Patienten war gerettet, doch nach dem achtstündigen Eingriff zeigte sich, dass er einen Schlaganfall und eine Embolie in der Milz erlitten hatte. „Wahrscheinlich hat sich während des Eingriffs geronnenes Blut aus dem Aneurysma gelöst und die Schäden verursacht“, sagt Krankenberg. Die Milzembolie habe aber keine weiteren negativen Konsequenzen, und von dem Schlaganfall erhole sich der Patient zusehends. „Er ist bereits in der Reha und macht gute Fortschritte.“

Das Aortenaneurysma

Ein **Aortenaneurysma** ist eine Aussackung der Hauptschlagader. Normalerweise beträgt ihr Durchmesser drei bis 3,5 Zentimeter. Ist er größer als fünf bis sechs Zentimeter, ist eine Operation oder die Versorgung mit einer Stentprothese nötig. Denn mit der Größe des Aneurysmas steigt die Gefahr eines Risses, der innerhalb von wenigen Minuten zum Tod durch Verbluten führen kann. Ein Prozent aller plötzlichen Todesfälle sind durch eine Ruptur der Aorta verursacht.

Hauptursache des Aneurysmas ist die Arteriosklerose (umgangssprachlich Arterienverkalkung). Hauptrisikofaktoren sind ein zu hoher Blutdruck und Rauchen. Betroffen sind vor allem ältere Menschen ab dem 60. Lebensjahr.

Symptome treten meist erst bei einer Ruptur auf. Vorher macht sich ein Aneurysma nicht bemerkbar und wird in der Regel nur durch Zufall festgestellt.

Eine **gefürchtete Komplikation** bei dem Einsatz einer Prothese ist der absteigenden Aorta sind Durchblutungsstörungen des Rückenmarks, die zu Lähmungen in den Beinen führen können. Laut einer Studie liegt dieses Risiko beim Einsatz einer Gefäßprothese bei fünf bis 20 Prozent. Bei dem Einsatz von Stentprothesen ist dieses Risiko mit weniger als drei Prozent wesentlich geringer. (cw)

Gute Frage

Warum halten sich Orchideenblüten wochenlang, ohne zu verwelken?

Dr. Hans-Helmut Poppendieck, Botaniker, Biozentrum Klein Flottbek: Die tropischen Orchideen sind sehr eng an ganz bestimmte Bestäuber, wie zum Beispiel Nachtschmetterlinge oder Prachtbienen, angepasst. Diese Bestäuber sind allerdings sehr selten und befliegen kilometerweite Gebiete. Aus diesem Grund kann es also wochenlang dauern, bis der richtige Bestäuber mit dem richtigen Pollenpaket die Orchideenblüte findet und sie dann bestäubt. Deshalb müssen die Blüten tropischer Orchideen während der Wartezeit möglichst lange frisch bleiben – und das macht sie auch zu idealen Schnittblumen. Nach der Bestäubung verwelkt die Blüte der Orchidee jedoch innerhalb von wenigen Tagen. (cls)

ONLINE

Alle Guten Fragen zum Nachlesen: www.abendblatt.de/gute-frage

GENETIK

Pferde wurden weltweit unabhängig domestiziert

PERUGIA :: Die Urmutter aller Pferde durchstreifte die Steppen Asiens vor etwa 130 000 bis 160 000 Jahren. Viel später wurden Pferde zu Nutztieren. Das berichten italienische Genetiker im Fachblatt „Proceedings“. Sie hatten die genetischen Eigenheiten von 83 Pferden untersucht. Ihre Domestikation ging demnach nicht wie bei Schafen und Rindern von einem Zentrum aus, sondern geschah unabhängig an vielen Orten Asiens und Europas. (dpa)

PFLANZENSCHUTZ

Stoffwechselprodukt eines Pilzes schützt Pflanzen

WISMAR :: Natürliche Pilzgase statt chemischer Keule könnten zukünftig gefährliche Erreger auf Obst, Gemüse und Getreide in Schach halten. In einem zweijährigen Forschungsprojekt wollen die Prophyta Biologischer Pflanzenschutz GmbH und die Hochschule Wismar ein Verfahren entwickeln, mit dem sich Stoffwechselgase des ursprünglich in Südamerika entdeckten Pilzes *Muscocodon albus* industriell herstellen und zur umweltfreundlichen Pilzbekämpfung nutzen lassen. (dpa)

WETTER

Der Januar 2012 war 2,4 Grad zu warm

OFFENBACH :: West- oder Nordwestwetterlagen, die feuchte, milde Luftmassen nach Deutschland brachten, ließen den Januar 2,4 Grad wärmer als im langjährigen Mittel ausfallen. Daran werde das frostige Monatsende nichts mehr ändern, meldet der Deutsche Wetterdienst. Die Durchschnittstemperaturen betragen bundesweit 1,9 Grad, in Hamburg 2,7 Grad. (HA)

BERATERGRIEMUM

Acht neue Mitglieder in den Wissenschaftsrat berufen

KÖLN :: Die evangelische Theologieprofessorin Irene Dingel ist neues Mitglied im Wissenschaftsrat. Die Mainzerin gehört zu den acht Personen, die von Bundespräsident Christian Wulff berufen wurden. Ebenfalls neu dabei sind die Intendantin des Rundfunks Berlin-Brandenburg (rbb), Dagmar Reim, die Chemikerinnen Annette Beck-Sickingher (Leipzig) und Katharina Kohse-Höinghaus (Bielefeld), die Professorin für Experimentelle Tumorforschung, Simone Fulda (Frankfurt am Main), der Politikwissenschaftler Steffen Mau (Bremen), der Erfurter Religionswissenschaftler Jörg Rüpke und die Zoologin Doris Wedlich (Karlsruhe). (dpa)

Dienstag, 31. Januar 2012, 31. Tag, 335 folgen, 5. Woche, Namenstag: Marcella

HOROSKOP

WIDDER 21.3. - 20.4.
Ihre Leidenschaften und Bedürfnisse verstärken sich. Versteigen Sie sich nicht in unhaltbare Ansprüche. Zurückhaltung! In brisanten Situationen beweisen Sie, dass Sie auch kühl bleiben können. So behalten Sie alles unter Kontrolle.

WAAGE 24.9. - 23.10.
Verstand ist wichtig, aber nicht alles. Die richtige Portion Bauch gehört auf lange Sicht auch zum Erfolgsmanagement von Ihnen. Was Ihre Gesundheit betrifft, sollten Sie nicht mit Scheuklappen durch die Gegend laufen. Meiden Sie jedes Risiko.

STIER 21.4. - 20.5.
Einzelangeplante Liebekanzur Herzensangelegenheit werden. Eine fruchtbare Sternkonstellation! Sie brauchen sich und Ihre Leistungen nicht unter den Scheffel zu stellen. Ihr Ideenreichtum und Ihr Köpfchen sind ungewöhnlich.

SKORPION 24.10. - 22.11.
Auf der Astro-Grundlage geistiger und körperlicher Vitalität können Sie mit Kraft und Ausgeglichenheit aufleben! Dieser Abend gestaltet sich romantisch, innig und zärtlich. Es lohnt sich in jedem Fall, für ungestörte Zweisamkeit zu sorgen.

ZWILLINGE 21.5. - 21.6.
Ein Energieschub macht sich erfreulich bemerkbar. Ihre aktive Art reißt die Umgebung mit, was Ihre Freizeit bereichert. Folgen Sie dem lauten Ruf der Pistole! Ihre erotische Ausstrahlung ist jetzt so stark, dass Flirts großen Spaß versprechen.

SCHÜTZE 23.11. - 21.12.
Wer unbeweglich und empfindlich ist, wird einiges einstecken haben. Liebe hat derzeit bei Ihnen nicht viel Bestand: ablenken! Raus in die Natur, lüften Sie sich aus. Hektik und Stubenhockerei schlagen Ihnen heute erheblich auf den Magen.

KREBS 22.6. - 22.7.
Sehr gute Kontaktchancen! Sie sind schnell erotisch aufgeheizt und dabei sehr feinfühlig. Großer Tag und glückliche Nacht! Nun sind Sie fast am Ziel. Halten Sie noch ein kleines bisschen durch und Ihre Träume und Wünsche werden endlich wahr.

STEINBOCK 22.12. - 20.1.
Eine erregende und romantische Zeit wartet auf Sie. Achten Sie gut darauf, sich nicht selbst in den Wirren der Gefühle zu verirren. Jetzt heißt es Zähne zusammenbeißen, denn um bestimmte Dinge kommt man einfach nicht herum. Auch Sie nicht!

LÖWE 23.7. - 23.8.
Etwas abwarten müssen Sie schon können. Es läuft eben nicht alles immer gleich so, wie Sie es sich erträumt haben. Na und? Frische Liebe ist wie eine innere Revolution. Teilen Sie sich mit und Kontakte werden viel erfüllender – vertiefen sich!

WASSERMANN 21.1. - 19.2.
Heute können Dinge wahr werden, an die Sie schon lange nicht mehr geglaubt haben. Alles hängt von Ihrer Motivation ab! Venus beflügelt Ihre Sinne. Sie suchen die kleinen Abenteuer und finden Sie auch. Einen Büroflirt sollten Sie vermeiden.

JUNGFRAU 24.8. - 23.9.
Bevor Sie Ihre Persönlichkeit für den Partner verbiegen, sollten Sie überlegen, ob so viele Kompromisse angebracht sind. Heiter wird der Tag nicht, aber ideal, um den inneren Ausgleich zu schaffen. Gehen Sie jetzt nur auf eigene Wünsche ein.

FISCHE 20.2. - 20.3.
Helfen Sie Ihren Abwehrkräften auf die Sprünge, z.B. mit einem entspannenden Saunabesuch und vitaminreicher Ernährung. Alte Probleme wollen Sie nicht länger ignorieren. Lassen Sie gleich die Katze aus dem Sack! Sie werden sich freier fühlen.