

Therapie der Posttraumatischen Belastungsstörung

am Max-Planck-Institut für Psychiatrie

Wer kann sich anmelden?

Selbstanmeldung durch Patienten, Angehörige, Ärzte, Psychologen, Sozialpädagogen, Polizeidienststellen, Mitarbeiter von Flüchtlingsorganisationen und Sozialämtern etc.

Anmeldung

Telefon 089 / 30 622 – 0

Montag-Freitag von 09.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Bitte mit Frau Dr. med. Ulrike Schmidt, Leiterin der Trauma-Ambulanz verbinden lassen.

Therapiekonzept

Wir stellen für jede/n Patienten/-in ein individuelles Therapieprogramm mit Behandlungsmodulen aus der Verhaltenstherapie, der psychodynamischen Psychotherapie und der Gestalttherapie zusammen. Die ambulante Einzeltherapie erfolgt in der Regel in einer 45-60-minütigen Sitzung pro Woche. Eine tages- oder vollstationäre Behandlung in unserem Hause ist möglich.

Trauma-Ambulanz

Leitung: Dr. med. Ulrike Schmidt



MAX-PLANCK-GESELLSCHAFT

Adresse

Max-Planck-Institut für Psychiatrie

Kraepelinstraße 2 – 10

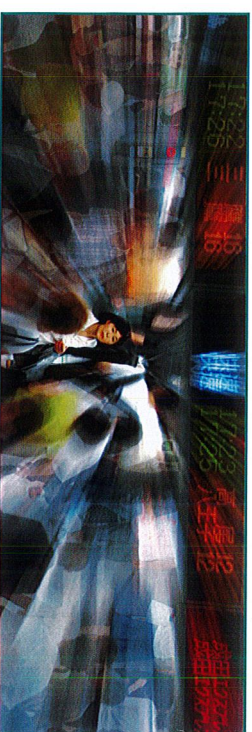
80804 München

www.mpipsy.kl.mpg.de



Posttraumatische Belastungsstörung

Eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) entwickeln durchschnittlich 20% der Personen, die ein signifikantes Trauma erlitten haben. In der Regel tritt die PTBS erst einige Wochen nach dem Trauma auf – gelegentlich kann sie aber auch früher oder erst einige Jahre später einsetzen.



Folgende Symptome finden sich sehr häufig bei der PTBS:

- Intrusionen/Flashbacks (sich aufrägende, belastende Gedanken und Erinnerungen an das Trauma, die mit Trauer, Angst, Wut und auch Aggression verbunden sein können
- Übererregung (Nervosität)
- Vermeidung trauma-assoziiertter Stimuli
- Verminderte Fähigkeit, Gefühle zu empfinden, Interessensverlust, sozialer Rückzug
- Trauma-bezogene Erinnerungslücken
- Ein- und Durchschlafstörungen, charakteristischerweise verbunden mit trauma-assoziierten Alpträumen

Behandlung der Posttraumatischen Belastungsstörung

Unser Behandlungsangebot richtet sich vor allem an Menschen, die vor kurzem, oder auch vor Jahren ein traumatisches Erlebnis erlitten haben und sich deswegen verzweifelt, seelisch verändert oder in anderer Weise in ihrer psychischen Gesundheit beeinträchtigt fühlen.

Zu solchen seelischen Traumata zählen lebensbedrohliche und/oder seelisch tief erschütternde Erlebnisse wie beispielsweise:

- Gewalterfahrungen sexueller und nicht sexueller Art
- Schwere Unfälle
- Diagnose einer lebensbedrohlichen oder die Lebensumstände nachhaltig verändernden Erkrankung
- Unmittelbares Erleben von Bedrohung, Verletzung, schwerer Erkrankung oder dem Tod anderer Personen
- Naturkatastrophen
- Terroranschlag, Entführung, Geiselnahme, Folterung
- Kriegshandlungen und Kriegsgefangenschaft etc.

Ablauf der Behandlung

Nach telefonischer Terminvereinbarung erfolgen im Erstgespräch neben einer fachärztlichen Untersuchung auch eine umfassende diagnostische Einordnung. Unter Berücksichtigung der bisherigen Behandlung wird eine individuelle Therapie konzipiert, wobei neben der Psychotherapie auch Medikamente zum Einsatz kommen können.



Unsere Behandlungsstrategie richtet sich nach der aktuellen im Vordergrund stehenden Symptomatik. So kann zum Beispiel die Wiedererlangung von Stabilität im Alltag im Fokus der psychotherapeutischen Behandlung stehen. Dies gelingt unter anderem durch Ressourcenaktivierung, Erwerb von Kontrolle über die sich aufrägenden trauma-assoziierten Erinnerungen und der Fähigkeit zur Selbstberuhigung. Das Einüben von Imaginationstechniken, Achtsamkeitsübungen sowie das Erlernen des Umgangs mit belastenden Gefühlen und eine Verbesserung sozial-kompetenten Verhaltens bilden einen wichtigen Teil der traumatherapeutischen Unterstützung.