

Angststörung

Eine Angststörung kann viele Auslöser haben. Lebensverändernde Ereignisse wie ein traumatisierendes Ereignis oder eine schwere Erkrankung können sie auslösen.

- Woran erkenne ich eine Angststörung?

Es kommt immer wieder vor, dass Schlaganfall-Betroffene eine Angststörung entwickeln – vor allem in Zusammenhang mit einer Depression. Das bedeutet, dass bereits scheinbar banale Alltagssituationen, sei es ein Einkauf im Supermarkt oder eine Busfahrt, große Ängste bis hin zu Panikattacken auslösen können. Dann erleben die Betroffenen klassische Panik-Reaktionen: rasender Puls, Herzklopfen, Erröten, Schweißausbrüche, Benommenheit, Übelkeit und so weiter. Eine Panikattacke kann einige Minuten oder länger anhalten. Bei Schlaganfall-Betroffenen kann es sein, dass die Angst nicht (nur) in bestimmten Situationen ausgelöst wird (z.B. aufgrund von Platzangst), sondern die Sorge um einen erneuten Schlaganfall Angstzustände auslöst. Dann schlafen die Betroffenen zum Beispiel schlecht oder haben Angst, allein zu bleiben, da ihnen im Notfall niemand helfen könnte.

- Wodurch entsteht eine Angststörung?

Eine Angststörung kann viele Auslöser haben. Lebensverändernde Ereignisse wie ein traumatisierendes Ereignis oder eine schwere Erkrankung können Depressionen und Angststörungen auslösen.

- Ist eine Angststörung behandelbar?

Betroffene, die an einer Angststörung leiden, sollten sich – wie bei einer Depression – in Absprache mit dem behandelnden Hausarzt und

Neurologen in psychiatrische oder psychotherapeutische Behandlung begeben.

- Wer therapiert eine Angststörung?

Psychiater (dürfen Medikamente verschreiben) und/oder Psychologen bzw. Psychotherapeuten, bei neurologischen Ursachen gegebenenfalls auch Neuropsychologen.

- Kann eine Angststörung weitere Folgen haben?

Eine Angststörung kann – je nach Ausprägung – die Bewältigung des Alltags erheblich beeinträchtigen. Betroffene meiden oft angstauslösende Situationen, was wiederum dazu führt, dass sie sich sozial zurückziehen. Im Laufe der Zeit entwickelt sich bei vielen eine „Angst vor der Angst“, die bereits beim Gedanken an eine Situation Panik auslösen kann.