

Patientenaufklärung Psychosomatische Behandlung und Psychotherapie

Liebe Patient:innen,

Ihre Ärzt:in hat Ihnen eine

- ambulante (teil-) stationäre

psychosomatisch-psychotherapeutische
Behandlung vorgeschlagen.

Bevor Sie sich dafür entscheiden, sind Sie über wichtige Umstände einer psychosomatisch-psychotherapeutischen Behandlung zu informieren, damit Sie sich für oder gegen eine ärztliche Psychotherapie entscheiden können. Das Aufklärungsblatt soll helfen, das persönliche Gespräch mit der Ärzt:in vorzubereiten und die wichtigsten Punkte zu dokumentieren.

Was ist das Ziel einer psychosomatisch-psychotherapeutischen Behandlung?

Das ärztliche Fachgebiet Psychosomatische Medizin und Psychotherapie umfasst die Erkennung, Behandlung, Prävention und Rehabilitation von psychosomatischen und psychischen Krankheiten und Leidenszuständen. Ein Schwerpunkt liegt auf Problemlagen und Erkrankungen, die durch das Wechselspiel und die Verbindung von Soma (dem Körper) und der Psyche (seelische Vorgänge) geprägt sind. Auch psychische Störungen, die sich primär in körperlichen Symptomen zeigen, sind ein spezifisches Arbeitsfeld der Psychosomatischen Medizin.

Was ist fachärztliche Psychotherapie?

Fachärztliche Psychotherapie ist

- ✓ Krankenbehandlung bei seelisch bedingten Krankheiten, Beschwerden, Störungen,
- ✓ mittels wissenschaftlich begründeter und empirisch geprüfter Verfahren und Methoden,
- ✓ mit Bezug auf wissenschaftlich begründete und empirisch gesicherte Krankheits-, Behandlungs- und Heilungstheorien,
- ✓ durchgeführt nach qualifizierter Diagnostik und Differentialdiagnostik,
- ✓ mit zu Beginn formulierten und im Verlauf evaluierten Therapiezielen,
- ✓ durchgeführt von professionellen ärztlichen Psychotherapeut:innen mit geprüfter Berufsqualifikation (Facharztqualifikation oder Bereichsbezeichnung Psychotherapie)
- ✓ unter Wahrung ethischer Grundsätze und Normen.

Wie und wodurch wirken psychosomatische Behandlung und Psychotherapie?

Psychotherapie kann kurativ (heilend), palliativ (lindernd), gesundheitsfördernd, präventiv (vorbeugend) und persönlichkeitsentwickelnd wirken. Belegte unspezifische Wirkfaktoren sind die therapeutische Beziehung, einführendes Verstehen, emotionale Annahme und Stütze durch die Psychotherapeut:in.

Psychotherapie wirkt spezifisch durch die Förderung des emotionalen Ausdrucks, von Einsicht und Sinneserleben, kommunikativer Kompetenz und Beziehungsfähigkeit, von Bewusstheit und Selbstregulation, von Lernmöglichkeiten, Lernprozessen und Interessen, von kreativen Erlebnismöglichkeiten sowie die Erarbeitung von positiven Zukunftsperspektiven.

Weitere Wirkfaktoren sind die Förderung eines positiven, persönlichen Wertbezuges sowie die Förderung tragfähiger sozialer Netzwerke und Erfahrungen der Zusammengehörigkeit. Bei der psychosomatischen Behandlung finden eine Einbindung körperlicher Wahrnehmung und Berücksichtigung körperlicher Funktions- und Strukturstörungen in den psychotherapeutischen Prozess statt.

Wie läuft eine ambulante Psychotherapie in der Regel ab?

Psychotherapie kann als Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapie durchgeführt werden.

Im Erstkontakt einer **ambulanten Psychotherapie** schildern die Patient:innen ihre Beschwerden; dabei sollten auch ihre Erwartungen und Motivationen besprochen werden. In vertiefenden Folgegesprächen werden die Krankheitsvorgeschichte, die Biographie und die Lebenssituation der Patient:innen erfasst. Hieraus ergeben sich der psychische Befund, die Psychodynamik, die Diagnosen sowie der Therapieplan einschließlich der Therapieziele.

Nach Abschluss der Diagnostik erfolgen die therapeutischen Interventionen, manchmal unter Einbezug des Umfelds und der jeweiligen Lebensgeschichte. In einer gemeinsamen Reflexion zwischen Patient:in und Therapeut:in wird das zuvor Bearbeitete integriert, um die Umsetzung des Erfahrenen oder Erlernen im Alltag zu fördern.

Wie läuft eine (teil-) stationäre psychosomatisch-psychotherapeutische Behandlung in der Regel ab?

Eine **stationäre oder tagesklinische** Behandlung wird durch ein Therapeut:innenteam mit unterschiedlichen Qualifikationen und Aufgaben durchgeführt. Einzel- und Gruppenpsychotherapie wird hier mit kreativtherapeutischen Verfahren (z.B. Kunst-, Musik, Körperpsychotherapie), Entspannungsverfahren, physiotherapeutischer Behandlung, Sozialberatung etc. kombiniert und in Teamkonferenzen vom Behandlungsteam reflektiert und koordiniert. Eine (teil-) stationäre Therapie ermöglicht eine hohe Therapiedosis über einen Zeitraum von einigen Wochen, häufig gefolgt von einer

Patientenaufklärung Psychosomatische Behandlung und Psychotherapie

ambulanten Psychotherapie. Sie kann in einem Krankenhaus oder einer Reha-Klinik durchgeführt werden.

Wann wird eine psychosomatische Behandlung und/oder Psychotherapie durchgeführt?

Bei psychischen oder psychosomatischen Erkrankungen aller Altersgruppen z.B. bei:

- Depressiven Störungen, Phobien, Angst- und Zwangsstörungen, teilweise mit körperlicher Begleitsymptomatik
- Funktionsstörungen des Herzens, des Magen-Darm-Traktes, der Atmung, des Urogenitalsystems oder anderer Organsysteme ohne organopathologischen Befund
- Somatoformen Schmerzstörungen (z.B. Fibromyalgie)
- Störungen des Essverhaltens (Magersucht, Ess-Brechsucht, Adipositas)
- Störungen der Krankheitsverarbeitung, z.B. bei Krebserkrankung, nach Transplantation, während einer Dialyse, bei anderen chronisch körperlichen Erkrankungen wie bei essentiellem Hypertonus, Diabetes mellitus, Asthma bronchiale oder koronarer Herzkrankheit;
- Psychosomatischen Krankheiten im engeren Sinne wie z.B. Colitis ulcerosa, Morbus Crohn, Ulcus ventriculi, Neurodermitis usw.;
- Dissoziativen Störungen (Konversionsstörungen) wie z.B. psychogene Lähmungen, psychogene Aufmerksamkeits-, Konzentrations- oder Gedächtnisstörungen, psychogene Sensibilitäts- und Empfindungsstörungen, psychogene Krampfanfälle etc.;
- Störungen der sexuellen Entwicklung und der sexuellen Identität;
- Posttraumatischen Belastungsstörungen wie psychischen und psychosomatischen Störungen nach Unfällen, Verbrechen, sexuellem Missbrauch etc.;
- Artificielle Störungen, z.B. selbstverletzendes Verhalten;
- Persönlichkeitsstörungen (Störungen zwischen-menschlicher Beziehungen)

In welchen Fällen reicht eine psychosomatische Behandlung und/oder Psychotherapie nicht bzw. nur unter Vorbehalt aus?

Grenzen der psychotherapeutischen Behandlung sind dann gegeben, wenn Störungsbilder zuerst bzw. begleitend eine körpermedizinische Krankenbehandlung durch Fachärzt:innen eines anderen Fachgebietes erfordern.

Worauf sollten Sie bei Beginn einer psychosomatischen Behandlung und/oder Psychotherapie achten?

Es wird empfohlen, sich vor Beginn der Therapie über die verschiedenen psychotherapeutischen Verfahren zu informieren.

(<https://www.g-ba.de/themen/psychotherapie/ambulante-psychotherapie/>).

Das psychotherapeutische Verfahren sollte mit seinen Methoden, Techniken und Rahmenbedingungen von der Patient:in gut annehmbar sein.

Der Beginn einer Psychotherapie hängt von der Entscheidung der Patient:in ab.

Zu Beginn der Therapie besprechen Psychotherapeut:in und Patient:in die Gründe, warum Psychotherapie in Anspruch genommen wird, welche Ziele im Rahmen der Therapie erreicht werden sollen und woran der Therapieerfolg nach Abschluss der Behandlung gemessen werden soll. Ein von Patient:innen mitgestalteter Therapieprozess hat sich für die Gesundheit als hilfreich erwiesen. Wichtig für die Entscheidung, ist das Gefühl, der Therapeut:in vertrauen zu können.

Setting und Intensität der Behandlung

Das Behandlungssetting (z.B. stationär oder ambulant), Frequenz und Dauer der Therapiesitzungen hängen vom jeweiligen Störungsbild bzw. von der Lebenssituation der Patient:innen ab und fallen je nach angewandter Methode unterschiedlich aus.

Die Patient:innen können die Therapie jederzeit beenden oder die Therapeut:in wechseln, sollten dies aber vorher mit ihrer Psychotherapeut:in besprechen. Ein Therapeut:innenwechsel kann zu zusätzlichen, von den Patient:innen zu tragenden Kosten führen.

Was müssen Patient:innen beachten? Rechte, Pflichten und besondere Hinweise

Rechtliche Grundlage für die Psychosomatische Behandlung und/oder Psychotherapie ist ein Therapievertrag, der medizinische Leistungen beinhaltet, nicht aber deren Erfolg verspricht.

Ärztliche Psychotherapeut:innen sind zur Einhaltung der geltenden normativen Vorgaben verpflichtet; sie unterliegen insbesondere der ärztlichen Berufsordnung und sind zur Einhaltung der Berufspflichten, wie z.B. Weiterbildung, Aufklärung, Dokumentation, Abstinenz und Verschwiegenheit, verpflichtet. Die Patient:innen haben ein Recht darauf, dass ihre Psychotherapeut:innen Fragen zum therapeutischen Vorgehen beantworten. Wünsche der Patient:innen werden respektiert.

Patientenaufklärung Psychosomatische Behandlung und Psychotherapie

Kosten

In der ambulanten Versorgung sind folgende Behandlungsverfahren („Richtlinienverfahren“) eine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung: Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, Analytische Psychotherapie, Verhaltenstherapie und Systemische Therapie.

Für eine ambulante Psychotherapie muss nach einer Sprechstunde und nach bis zu 4 probatorischen Sitzungen von der Therapeut:in die Versicherung informiert oder ein Gutachterverfahren eingeleitet werden, um die Kostenübernahme für weitere Sitzungen zu erhalten.

Die Kosten stationärer und teilstationärer Krankenhausbehandlung werden von den gesetzlichen Krankenkassen und der Beihilfe übernommen. Bei privaten Krankenversicherungen empfiehlt es sich, vorab eine Kostenübernahmeerklärung anzufordern. Stationäre Reha-Behandlungen bedürfen der Beantragung und Bewilligung durch die jeweiligen Sozialleistungsträger.

Risiken und Nebenwirkungen von Psychosomatischer Behandlung und Psychotherapie

- Die Behandlung kann in die bisherige Lebensweise und das Beziehungsgefüge eines Menschen eingreifen.
- Es kann Phasen der Symptomverschlechterung geben.
- Es können Phasen von Selbstüberschätzung und/oder Selbstzweifel eintreten.
- Partnerschaftliche, familiäre und freundschaftliche Beziehungen können sich verändern, verbessern oder verschlechtern.
- Berufliche Veränderungen in positiver und negativer Weise können auftreten.
- Es können in Folge der Behandlung Verstrickungen in der Beziehung zur Psychotherapeut:in entstehen, die bearbeitet werden. Eine persönliche Beziehung zur Therapeut:in ist ausgeschlossen; die psychotherapeutische Beziehung ist keine private, sondern eine bezahlte Arbeitsbeziehung.
- Wenn Sie Medikamente einnehmen, ist dies der Ärzt:in mitzuteilen; Medikamente können auf die Behandlung Einfluss haben.
- Ebenso können mehrere Psychotherapien oder psychosoziale Beratungen gleichzeitig Einfluss auf die Behandlung haben. Auch dies sollten Sie mit Ihrer Psychosomatiker:in und ärztlichen Psychotherapeut:in besprechen.

Wenn sich Veränderungen unabhängig davon, ob sie als Belastung oder als Entlastung empfunden werden, zeigen oder wenn keine Veränderungen in Richtung der gestellten Therapieziele eintreten, ist es wichtig, dies offen mit der Behandler:in zu besprechen und das weitere Vorgehen abzustimmen.

Für Fragen steht Ihnen Ihre Fachärzt:in für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie zur Verfügung.

Anmerkungen zum Aufklärungsgespräch:

Die Aufklärung erfolgte durch:

Nach erfolgter Aufklärung

- möchte ich die mir vorgeschlagene Therapie durchführen
- lehne ich die Therapie ab.

Eine Kopie des Aufklärungsbogens wurde mir ausgehändigt. Ich hatte ausreichend Gelegenheit, meine Fragen zu stellen und habe die Aufklärung verstanden.

Ort, Datum

Unterschrift

Dieser Aufklärungs- und Einwilligungsbogen wurde vom DGPM e.V. erstellt und ist urheberrechtlich geschützt. Er darf ausschließlich von Mitgliedern der DGPM in Rahmen seiner Zwecke für eine nicht-kommerzielle Nutzung vervielfältigt und weitergegeben werden. Jegliche Bearbeitung oder Veränderung ist unzulässig. Herausgeber DGPM e.V. (Stand: 22.10.2024)