



Deutsch Aktuell

Top-Thema – Manuskript

Die Krankheit namens Krankheitsangst

Krebs? Leukämie? Multiple Sklerose? Menschen mit Krankheitsangst glauben, schwer krank zu sein, obwohl sie gesund sind – bis die Angst vor Krankheit selbst zur Krankheit wird und sie an nichts anderes mehr denken können.

Als ihr Sohn ein Jahr alt war, hatte die Norwegerin Helen plötzlich sehr große Angst, **todkrank** zu sein und bald zu sterben. Die damals 20-Jährige hatte **geschwollene Lymphknoten**. Deshalb machte sie einen Termin bei ihrer Ärztin, die sie **von Kopf bis Fuß** untersuchte. Die Ärztin konnte keine Krankheit finden, da Helen **kerngesund** war. In einem medizinischen Buch suchte sie selbst all ihre **Symptome** und fand Krankheiten wie Leukämie, Krebs oder Multiple Sklerose.

Trotzdem ging Helen noch viele Monate zu ihrer Ärztin, bis diese die Krankheit namens Krankheitsangst **diagnostizierte**. Die Ärztin schickte Helen nach Bergen in eine Spezialklinik für **Patienten** mit Krankheitsangst – die einzige in Europa. Obwohl alle Patienten dort körperlich gesund sind, glauben sie, dass sie bald sterben. In dieser Klinik können sie dann eine **Psychotherapie** beginnen.

Es gibt aber auch Patienten, die nicht zum Arzt gehen möchten. Diese Patienten haben oft so große Angst davor, dass sie wirklich krank sind und dass der Arzt ihnen genau das bestätigt. Außerdem fühlen sie schneller Schmerzen als andere Menschen – ein **Teufelskreis**, denn dann produziert ihr Körper mehr **Adrenalin**, das Herz schlägt schneller und sie schwitzen mehr. Und ihre Angst wird dadurch noch größer. Wahrscheinlich leiden fast 10% der Deutschen unter Krankheitsangst.

Um die Krankheitsangst zu **heilen**, müssen die Patienten akzeptieren, dass sie wie alle Menschen irgendwann sterben werden. Den meisten Patienten geht es aber nach fünf Therapiestunden schon besser. Helen machte nach der Geburt ihres zweiten Sohnes trotzdem noch eine sechste Stunde. Danach hat sie ihr medizinisches Buch weggeworfen und sie hat seitdem gelernt, besser mit ihren Symptomen zu leben.

*Autorinnen: Diana Hodali/Esther Domke
Redaktion: Raphaela Häuser*



Deutsch Aktuell

Top-Thema – Manuskript

Glossar

namens – mit dem Namen

Krebs (m., nur Singular) – hier: eine sehr schlimme, oft lebensgefährliche Krankheit

Leukämie (f., nur Singular) – eine Krankheit, bei der man zu viele weiße Blutkörperchen im Körper hat und an der man sterben kann

Multiple Sklerose (f., nur Singular) – eine Krankheit, bei der das zentrale Nervensystem betroffen ist und an der man sterben kann

todkrank – so, dass man sehr krank ist und bald stirbt

geschwollen – so, dass eine Stelle am Körper dick wird

Lymphknoten, - (m.) – ein Teil des Körpers, z. B. am Hals; Teil des Lymphsystems

von Kopf bis Fuß – komplett, ganz

kerngesund – ganz gesund

Symptom, -e (n.) – hier: etwas (z. B. Fieber), das zeigt, dass jemand krank ist

etwas diagnostizieren – eine Krankheit feststellen

Patient, -en/**Patientin**, -nen – jemand, der von einem Arzt versorgt wird

Psychotherapie, -n (f.) – die ärztliche Behandlung einer Krankheit, die nicht den Körper, sondern das Denken und die Gefühle betrifft

Teufelskreis, -e (m.) – eine schlimme Situation, aus der man nicht mehr herauskommt, weil sich bestimmte Probleme gegenseitig verstärken

Adrenalin (n., nur Singular) – ein Hormon, das vom Körper ausgeschüttet wird, wenn man aufgeregt ist

jemanden heilen – eine Krankheit bekämpfen, so dass man wieder gesund wird