

# EMDR in der Behandlung von Traumatisierung nach akuter Herzerkrankung

## EMDR in the Treatment of Trauma after Acute Heart Disease

Alexander Urtz

### Themenschwerpunkt Körperpsychologie

#### Zusammenfassung

*Je nach Studie entwickeln bis zu 20% aller PatientInnen nach einem Herzereignis eine PTBS (Post Traumatische Belastungsstörung). Hat sich die Traumabehandlung bei vielen Themen wie Gewalt, sexuellem Mißbrauch oder Naturkatastrophen schon zum Standard entwickelt, so steht sie bei der Behandlung traumatisierter Herzpatienten aus verschiedenen Gründen noch ganz am Anfang. Die Anwendung von EMDR für traumatisierte Herzpatienten wird beschrieben.*

#### Abstract

*Depending on the study up to 20 per cent of all patients develop PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) after a heart event. Trauma treatment is already a standard in treating PTSD after torture, sexual abuse or natural disaster. This is not the case for traumatised heart patients. The application of EMDR for traumatised heart patients is described.*

#### 1. Wirken Herzerkrankungen traumatisierend?

Mit 43% (absolut 33.223) aller Todesfälle 2009 gehören Herz-Kreislauf-erkrankungen zu den häufigsten Todesursachen in Österreich (Statistik Austria, 2011a). 16071 Personen hatten einen akuten Myokardinfarkt überlebt (Statistik Austria, 2011b). Insgesamt wurden 306 804 PatientInnen 2009 wegen einer Herz-Kreislauf-erkrankung stationär behandelt (Statistik Austria, 2011b). Diese hohe Zahl ergibt sich, da es neben dem Myokardinfarkt noch viele andere Herz-Kreislauf-erkrankungen gibt.

20-25% aller Herz-PatientInnen entwickeln eine Anpassungsstörung, eine PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung) oder zeigen andere Reaktionen auf

schweren psychischen Streß (Hermann-Lingen, 2008). Im Zuge ihrer Literaturrecherche kommen Jordan und Barde (2005) zu dem Schluß, dass zumindest 11% aller Infarkt-PatientInnen eine PTBS entwickeln. Härter (2002) fand in seiner Studie mit 1700 Rehabilitations-PatientInnen in 10 Reha-Kliniken, dass der Anteil komorbider psychischer Störungen bei kardiovaskulären Erkrankungen bei 20% liegt. Hermann-Lingen (2010) spricht davon, dass mindestens ein Drittel der PatientInnen nach einer Herzerkrankung eine nennenswerte depressive Symptomatik aufweisen. Angst und Depression werden im ICD-10 als ein häufiges Merkmal verbunden mit anderen Symptomen als Zeichen einer Traumatisierung beschrieben (F43 Reaktionen auf schwere Belastungen und Anpassungsstörungen WHO, 2010).

Nach diesen Schätzungen leiden daher vermutlich 35.000 bis 78.000 PatientInnen in Österreich an den psychischen Folgen einer Herz-Kreislauf-erkrankung und haben einen speziellen Bedarf an Traumabehandlung.

#### 2. EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)

Diesen Namen gab die Psychologin Francine Shapiro 1991 dieser Behandlungsmethode, da die Augenbewegungen durch das Folgen des Fingers des Therapeuten das auffälligste Merkmal darstellen. Shapiro (1999) räumt ein, dass auch viele andere Arten von Stimuli eine nützliche Funktion erfüllen können, und heute werden verschiedene Stimulationen verwendet. Zentral ist aber die psychische Verarbeitung. Das von Francine Shapiro (1991) entwickelte Behandlungsprotokoll EMDR hat sich hier als eine der wirksamsten Behandlungsmethoden zur Traumabehandlung entwickelt (Van Etten et al., 1998) und etablierte sich in nationalen und internationalen Fachgesellschaften, Standards und einer Vielzahl an Publikationen (Maxfield, 2009).