

## Pressemitteilung

Goethe-Universität Frankfurt am Main

Ulrike Jaspers

17.06.2011

<http://idw-online.de/de/news428822>

Forschungsergebnisse, Forschungsprojekte  
Medizin, Psychologie  
überregional



## Erste Therapie-Erfolge: Wie Hypochonder besser mit ihren Ängsten umgehen lernen

**Wenn sich die eigenen Gedanken jeden Tag um mögliche Erkrankungen drehen, ohne dass es dafür einen Anhaltspunkt gibt, dann kann dies zu einer erheblichen Last für den Betroffenen werden. Lange Zeit galten ausgeprägte Krankheitsängste als schwer behandelbar; jetzt zeigen erste Ergebnisse einer Frankfurter Studie, dass Behandlungskonzepte nach der kognitive Therapie und der Konfrontationstherapie dieses Leiden erfolgreich lindern können.**

„Die ersten Rückmeldungen der mehr als 30 Betroffenen, die wir in den vergangenen zwölf Monaten behandelt haben, sind sehr positiv“, so Dr. Florian Weck von der Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie der Goethe-Universität. „Alle Patienten fanden die Therapie hilfreich, 73 Prozent sogar stark oder sehr stark hilfreich. 94 Prozent glauben, dass sie in Folge der Therapie zukünftig besser mit Krankheitsängsten fertig werden können.“ An der Verhaltenstherapie-Ambulanz werden die zwei bewährten Behandlungen nach der kognitiven Therapie und der Konfrontationstherapie praktiziert und miteinander verglichen. Für diese Vergleichsstudie, die von der Deutschen Forschungsgemeinschaft gefördert wird, sucht Weck nun noch weitere betroffene Personen. Insgesamt sollen mehr als 80 Personen im Rahmen dieser Untersuchung behandelt werden. „Natürlich informieren wir die Mitwirkenden auch ausführlich darüber, wie diese ausgeprägten Ängste vor Krankheiten entstehen“, ergänzt die Studienkoordinatorin Diplom-Psychologin Julia Neng.

Wie sehen die beiden in Frankfurt angebotenen Therapieformen aus und welche ist nach dem jetzigen Stand der Untersuchungen erfolgversprechender? Die eine Behandlung zielt primär auf die Konfrontation mit Krankheitsängsten ab: Dabei geht es darum, sich seinen Befürchtungen zu stellen und dadurch wieder Kontrolle über seine Ängste zurück zu gewinnen. Der andere Behandlungsansatz nimmt primär in den Blick, wie körperliche Empfindungen und deren Veränderung bewertet werden: Die Betroffenen sollen durch die Behandlung in die Lage versetzt werden, ihre Bewertungen kritisch zu überprüfen und zu verändern. Bisher zeigten sich beide Behandlungsansätze gleichermaßen erfolgversprechend.

Mit der Studie wollen die Wissenschaftler weitere Erkenntnisse über Entstehung, Verstärkung und Veränderung von Krankheitsängsten gewinnen. Liegen ausgeprägte Krankheitsängste vor, sprechen die Fachleute von Hypochondrie. „Häufig wird dieser Begriff missverständlich für Jammerer oder Simulanten verwendet. Genau genommen bedeutet Hypochondrie jedoch nichts anderes, als an starken Ängsten, an einer unentdeckten ernsthaften körperlichen Erkrankung zu leiden“, erläutert der Frankfurter Experte Weck. Diese ständigen Ängste begleiten die Betroffenen über mehrere Jahre oder Jahrzehnte. Meist befürchten sie, an Krebs zu leiden, aber auch Herzerkrankungen oder neurologische Erkrankungen (z.B. Multiple Sklerose) können Gegenstand ihrer Ängste sein. „Betroffene Personen versuchen oft, ihre Ängste zu bekämpfen, indem sie durch Informationssuche beispielsweise im Internet oder Arztbesuche immer wieder überprüfen, ob sie an der gefürchteten Krankheit leiden. Die Beruhigung, die nach diesen Aktionen eintritt, ist jedoch meist nur von kurzer Dauer“, berichtet der Psychologe Weck.

Informationen: Julia Neng und Dr. Florian Weck, Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie, Fachbereich Psychologie und Sportwissenschaften, Campus Bockenheim, Tel.: (069) 798 – 23994, [neng@psych.uni-frankfurt.de](mailto:neng@psych.uni-frankfurt.de), [weck@psych.uni-frankfurt.de](mailto:weck@psych.uni-frankfurt.de)

