



PRESSEMITTEILUNG

Boreout und Burnout – Modeerscheinungen oder ernsthafte Erkrankungen?

Psychosomatische Erschöpfungserkrankungen nehmen zu

Hospital zum Heiligen Geist – Frankfurt, 19.08.2016. Der in den vergangenen Jahren zu beobachtende Trend einer Zunahme psychischer Erkrankungen hält weiter an und dabei ist die Zunahme der psychosomatischen Erschöpfungskrankheiten besonders hoch. Vielen Betroffenen fällt es schwer, mit dieser Erkrankung umzugehen, daher ist gerade das tagesklinische Therapieangebot für viele Patienten mit einer psychosomatischen Erschöpfungskrankheit ein niedrighschwelliger Einstieg in eine mögliche Behandlung. Die Psychosomatische Klinik am Hospital zum Heiligen Geist bietet Boreout- und Burnout-Patienten sowohl stationäre als auch tagesklinische Therapien an. Die Tagesklinik verfügt über 50 Behandlungsplätze und ist damit die größte in Deutschland.

Krankmachende Langeweile - Boreout

Stress durch Unterforderung, ist das möglich? Kann man von Langeweile krank werden? Die Medizin hat erst in den letzten Jahren den Blick auf Menschen gerichtet, die im Alltag unterfordert sind, keine sinnvolle Beschäftigung haben und sich sprichwörtlich „zu Tode langweilen“. Hintergrund ist oft nicht nur die quantitative, sondern auch die qualitative Unterforderung: Es fehlt an Identifikation mit der Arbeit, die Arbeit fordert möglicherweise weit weniger Qualifikationen, als tatsächlich vorhanden sind, der Angestellte ist gar nicht entsprechend seiner Potenziale eingesetzt und versucht dies durch Überstunden, Pseudoaktivitäten oder arbeitsfremde Beschäftigungen zu verstecken. Das bereitet Stress. Bei vielen Patienten, die in behandlungsbedürftige Zustände kommen, finden sich nicht selten schon in der Kindheit angelegte konflikthafte Verhaltensmuster, wie z.B. die Bereitschaft zur Überanpassung, eine mangelnde Selbstfürsorge, das Verdrängen belastender Zustände. In der persönlichen Entwicklung kann es bereits zur Vernachlässigung durch die Umwelt gekommen sein.

Wenn im Hamsterrad die Achse bricht - Burnout

Im Gegensatz zum Boreout steht hinter dem, was als Burnout bezeichnet wird, immer eine Erschöpfungsdepression. Davon sind insbesondere anpassungsfähige Menschen betroffen, mit großer Gewissenhaftigkeit und starkem Leistungswillen bei gleichzeitig zunehmender Arbeitsverdichtung. Außerdem ist häufig ein hoher moralischer Anspruch an das eigene Handeln mit im Spiel, der die Betroffenen daran hindert, rechtzeitig nein zu sagen. Je mehr sie geben, desto weniger kommt zurück. Je weiter sie sich auf die



Anforderungen der Umwelt einlassen, desto weiter entfernen sie sich von den eigenen Bedürfnissen. Die Selbstausschöpfung wird oft jahrelang betrieben.

Ähnliche therapeutische Ansätze

Für beide Erkrankungen gilt zunächst, den Patienten aus der körperlich-seelischen Krise herauszuholen. Bei Burnout-Patienten sollten dann am Arbeitsplatz Gespräche mit der Personalabteilung und den Vorgesetzten geführt oder ein Wechsel des Arbeitsplatzes angestrebt werden, um neue Herausforderungen zu finden.

Für Burnout-Patienten ist der Beginn der Therapie bereits der erste Therapieschritt. Für viele Patienten ist die Situation, plötzlich mit all seinen Befindlichkeiten selbst im Mittelpunkt des eigenen Lebens und Alltags zu stehen, kaum erträglich. Vielen fällt das Zusammensein in der Gruppe von Mitpatienten schwer, weil sie jahrelang als Einzelkämpfer unterwegs waren.

Die Psychosomatik nutzt eine ganze Reihe therapeutischer Angebote für beide Erkrankungen. Die psychosomatisch-psychotherapeutische Behandlung setzt zum einen mit psychodynamischen Gesprächen, Entspannungsverfahren, Körpertherapieverfahren (z.B. Konzentrierte Bewegungstherapie, funktionelle Entspannung) oder Kunst- und Musiktherapie sowie ggfs. notwendigen somatischen Maßnahmen an. Es wird durch diese Therapien versucht, die zugrundeliegenden inneren Konflikte zu lösen, die eine aktivere Auseinandersetzung mit der äußeren Belastung erschweren.

Die Psychosomatische Klinik

20 Jahre Erfahrung am Hospital zum Heiligen Geist

Vor 20 Jahren wurde die Psychosomatische Klinik am Hospital zum Heiligen Geist unter der Leitung von Chefarzt Dr. med. Wolfgang Merkle gegründet. Es war die erste psychosomatische Klinik an einem Allgemeinkrankenhaus in Hessen. In der Psychosomatischen Klinik stehen heute 30 vollstationäre und 50 tagesklinische Plätze zur Verfügung. Mehr als 7000 Patienten wurden seit der Gründung in den vergangenen 20 Jahren behandelt. Im Mittelpunkt der Behandlung stehen die Bearbeitung des individuellen Krankheitserlebens, die Krankheitsverarbeitung und die Verknüpfung von Lebensschicksal und Krankheitsbild des Patienten. Weiterhin versorgt die Psychosomatische Klinik gemeinsam mit der Klinik für Anästhesiologie, operative Intensivmedizin und Schmerztherapie sowie dem Schmerztherapeutischen Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) unter dem Dach des Interdisziplinären Multimodalen Schmerzzentrums am Hospital zum Heiligen Geist Patienten mit akuten und chronischen Schmerzen. Weitere Schwerpunkte sind die Psychonkologie und der Konsilardienst.

Informationen

Hospital zum heiligen Geist
Psychosomatische Klinik
Chefarzt Dr. med. Wolfgang Merkle
Lange Str. 4-6
60311 Frankfurt am Main
Tel (069) 21 96 21 01
Fax (069) 21 96 21 03
goebel.sabine@hohg.de



HOSPITAL
ZUM HEILIGEN GEIST

Über das Hospital zum Heiligen Geist

Das Hospital zum Heiligen Geist ist ein Akutkrankenhaus der Regelversorgung mit 276 Betten und 50 tagesklinischen Plätzen in der Psychosomatischen Klinik in der Innenstadt Frankfurts. Es ist Akademisches Lehrkrankenhaus der Goethe-Universität in Frankfurt am Main und einer von sechs ausgewiesenen unabdingbaren Notfallstandorten für das Versorgungsgebiet Frankfurt am Main/ Offenbach. Die Patienten werden in sieben Fachkliniken und Instituten auf höchstem medizinischen und pflegerischen Niveau versorgt. Die Fachdisziplinen umfassen die Medizinische Klinik (Kardiologie, Gastroenterologie und Notfallmedizin), die Klinik für Chirurgie (mit den Sektionen Allgemein- und Viszeralchirurgie, Gefäßchirurgie sowie Orthopädie und Unfallchirurgie mit Endoprothetikzentrum), die Psychosomatische Klinik, die Frauenklinik, die Klinik für Anästhesiologie, operative Intensivmedizin und Schmerztherapie, die Onkologische Ambulanz und das Institut für Radiologie.

Weitere Informationen erhalten Sie im Internet unter: www.hospital-zum-heiligen-geist.de.

Pressestelle Stiftung Hospital zum Heiligen Geist:

Brigitte Ziegelmayr, Leitung
Anja Dörner
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Tel. 80 69) 7601 – 3204/3206

E-Mail: ziegelmayr.brigitte@sthhg.de
doerner.anja@sthhg.de