

U. T. Egle, Christina Heim, B. Strauß, R. v. Kenel (Hrsg.):

PSYCHOSOMATIK – NEUROBIOLOGISCH FUNDIERT UND EVIDENZBASIERT

Ein Lehr- und Handbuch

Verlag W. Kohlhammer, Stuttgart 2020. 860 S., € 149,00

ISBN 978-3-17-030663-9

ISBN (epub) 978-3-17-030665-3

Psychosomatik – die Wechselwirkungen von Körper und Seele. Oder konkreter: Die psychischen Einflüsse auf körperliche Vorgänge und die Auswirkungen körperlicher Erkrankungen auf seelische Prozesse. Insofern so alt wie die Menschheit, aber erst in den letzten Jahrzehnten durch eine enorme Zahl wissenschaftlicher Erkenntnisse im Sinne bio-psycho-sozialer Wechselwirkungen wissenschaftlich zu dem entwickelt, was man heute in Klinik, Praxis, Forschung und Lehre verfügbar hat – mehr und mehr empirisch belegt.

Da es sich aber um ein komplexes Phänomen handelt, war und ist noch immer mit recht unterschiedlichen Erklärungsmodellen und damit spezifischen Psychotherapie-Verfahren zu rechnen. Und das wird noch eine Zeit so bleiben, insbesondere was speziell psychodynamische und verhaltens-therapeutische Entwicklungen betrifft.

Das wohl erste wissenschaftliche Modell der Psychosomatik war das psychoanalytische. Es verstand körperliche Beschwerden in erster Linie als „Konversion“ nicht lösbarer innerseelischer Konflikte, also vom Seelischen ins Körperliche. Die Therapie versuchte deshalb die gemütsmäßige Wahrnehmungs- und Reflexionsfähigkeit zu verbessern, um innerseelische Konflikte zu erkennen und schließlich zu lösen. Einer der Begründer dieser Richtung war Sigmund Freud, der sich allerdings vor rund 100 Jahren der Begrenztheit seiner metapsychologischen Konzepte durchaus bewusst war. Seine Hoffnung galt deshalb schon damals den physiologischen, ja chemischen Forschungs-Fortschritten, kurz der Biologie.

Eine weitere Erklärung ist das so genannte behaviorale Modell, das später über die Verhaltensmedizin Eingang in Wissenschaft und Therapie fand. Dies vor allem zur besseren Bewältigung körperlicher Symptome durch Stress-Management, Problem-

löse- und Schmerzbewältigungs-Training etc. Der Ansatz war eher pragmatisch, die offensichtlich komplexen Ursachen standen nicht im lösungs-orientierten Ansatz.

Das fand schließlich vertiefend Eingang durch die danach dominierende Psychobiologie einschließlich physiologischer, endokrinologischer und neuro-immunologischer Aspekte. Jetzt ging es schon sehr viel konkreter um das Wechselspiel zwischen Emotionen und Organ-Funktionen, z. B. Blutdruck, Hormone, Immun- und vegetatives Nervensystem. Mittelpunkt wurden vornehmlich Stress-Reaktionen als Ursache und Auslöser sowie therapeutisch Entspannung, Erholung und Schlaf mit entsprechenden Behandlungs-Empfehlungen zum vor allem vegetativen Ausgleich.

Das Konzept des vorliegenden Lehr- und Handbuchs hat sich nun zum Ziel gesetzt über die tradierten Krankheitsmodelle hinaus eine Basis für neue und noch wirksamere Behandlungs-Konzepte zu entwickeln: neurobiologisch fundiert, evidenzbasiert, als psychosomatische Medizin 4.0 bezeichnet.

Die vier renommierten (und zum Teil schon von früheren Lehrbüchern bekannten) Herausgeber und ihre 160 Autoren wollen besonders die jüngere Generation von Ärzten, Psychologen und allen Berufsgruppen mit entsprechender Aufgabe eine umfassende Übersicht zu den derzeitigen diagnostischen, therapeutischen und präventiven Möglichkeiten vermitteln, insbesondere was die sozialen Aspekte des bio-psycho-sozialen Modells betrifft.

Das Ergebnis ist beeindruckend: Auf 860 Druckseiten wird in zuerst 21 Kapiteln eine aktuelle Bestandsaufnahme der wissenschaftlich gesicherten bio-psycho-sozialen Grundlagen angeboten, um dann in weiteren 68 Kapiteln bei zahlreichen Erkrankungen in den verschiedenen medizinischen Fachgebieten die jeweiligen diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten vorzustellen. Den Abschluss bilden Beiträge zur Sozialmedizin, Begutachtung und Prävention.

Die gestellte Aufgabe ist anspruchsvoll, aber gut gelöst, was bei einem solchen Thema nicht selbstverständlich ist (und auch schon in früheren, nicht selten umfangreichen Übersichts-Werken zum Ausdruck kam). Denn wichtig ist nicht nur die Idee und wissenschafts-basierte Umsetzung, sondern auch Lesbarkeit und damit vermitteltes Alltags-Wissen in meist stress-intensivem Umfeld von Klinik, Praxis und sogar Beratung.

Die Gliederung der einzelnen Kapitel ist trotz des eindrucksvollen Fundus an gebotenen Informationen übersichtlich, unterstützt durch Haupt- und Zwischentitel, farbig unterlegte Kästen, zahlreiche Tabellen und Abbildungen sowie ein umfangmäßig auf das wichtigste begrenztes Literatur-Verzeichnis, ergänzbar durch eine ausführlichere digitale Fassung zum jeweiligen Kapitel-Thema.

Kurz: Ein hilfreiches Lehr- und Handbuch zum raschen Nachschlagen, unterstützt von einem ergiebigen Stichwortregister. „Psychosomatik 4.0“ – eine eindrucksvolle Aufgabe, die aber durch eine auch eindrucksvolle Zahl von ausgewiesenen Experten aus dem gesamten deutschsprachigen Bereich und den USA wegweisend realisiert wurde. Eindrucksvoll, hilfreich und natürlich auch verpflichtend, was die übernommene Aufgabe betrifft: neurobiologisch fundiert, evidenzbasiert und – nicht zu vergessen – am Aus- und Weiterbildungsauftrag sowie praktischen Alltag orientiert (VF).