

Christiane Eichenberg – Wolfgang Senf:

EINFÜHRUNG KLINISCHE PSYCHOSOMATIK

UTB-Band im Ernst Reinhardt Verlag, München 2019. 302 S., € 39,99

ISBN 978-3-8252-5263-2

„Der Psychosomatik gehört die Zukunft; hoffentlich sind wir darauf vorbereitet...“. Dieser Seufzer eines alten Klinikers und Hochschullehrers wirkt überzogen – auf den ersten Blick. Denn nichts war und ist noch immer so in aller Munde, wie die wechselseitige Beeinflussung von Körper und Psyche, also Psychosomatik. Das sagt allerdings noch nichts über das pragmatische Verständnis, vor allem die alltags-nahe Umsetzung von Wissen und diagnostischer und therapeutischer Anforderung aus. Auch ist das Thema zugegebenermaßen komplexer als allseits vermutet. Und vor allem erhofft, wenn nicht gar erwartet, insbesondere was konkrete Diagnose und gezielte Therapie betrifft.

Das liegt aber nicht nur an einem vielleicht begrenzten Informations-Bedürfnis, selbst von Medizin und Psychologie. Es liegt auch am durchaus vielschichtigen Konzept der „Psychosomatik“. Wobei es *die* Psychosomatik gar nicht gibt. Zwar ging es schon der alten „Seelenheilkunde“ als ursprüngliche Basis nicht anders, doch gerade bei der Psychosomatik machen es die unterschiedlichsten Zugänge, Theorien und Anwendungs-Bereiche nicht einfach, je nach den jeweiligen Protagonisten. Weil eben hier nicht nur Psychologie, sondern auch Pädagogik, Sozialtherapie, ja Philosophie und Theologie sowie Naturheilkunde ihre Beiträge lieferten und im Übrigen bis heute liefern. Der jeweilige „Zeitgeist“ lässt grüßen. Und dass der Begriff „Psychosomatik“ kein geschützter oder eindeutiger medizinischer oder psychotherapeutischer ist, macht dann auch dem letzten Zweifler klar: hier liegen die Dinge komplizierter.

Nun gibt es eine einfache Regel: Wenn es zu mühsam oder schwer durchschaubar wird, greift man entweder zu naheliegenden Vereinfachungen, so riskant bis entstellend sie sein mögen, oder man lässt das Problem einfach ruhen. Das aber ist gerade bei psychosomatischen Störungen nicht vertretbar, dafür belasten sie zu häufig und werden wohl auch immer mehr. Was also tut not? Ausreichendes Wissen und damit wissens-basierter Einsatz im Interesse der Betroffenen (und übrigens auch nicht selten ihres näheren und weiteren Umfelds). Und zwar über die gesamte Altersspanne

und kompliziert durch die wachsende Vielfalt möglicher Ko-Morbiditäten. Kurz: interdisziplinär für eine inzwischen stattliche Zahl beteiligter Fachdisziplinen, was Aufgabe und Anspruch noch schwieriger macht. Will heißen: Es braucht einen schulenübergreifenden therapeutischen Ansatz, und das im Rahmen einer zunehmenden Digitalisierung des Gesundheitswesens.

Warum aber soll Letzteres spezifische Probleme machen? Die Antwort ist einfach und naheliegend: Die alte Generation vielleicht nicht, die mittlere und jüngere aber immer öfter – und leider immer öfter unkritisch. Der Sog der inzwischen unzähligen Webseiten, Gesundheitsportale, Foren und Communities ist nicht mehr zu übersehen. Apps bieten sich an, für alles und jedes und nicht zuletzt die Gesundheit, besonders wenn das Beschwerdebild erst einmal „verschlüsselt“ irritiert. Und wie sich das Ganze weiterentwickelt, lässt sich erahnen, bis hin zur digitalen Selbstvermessung der Körperfunktionen und damit eigen-diagnostischen „E-Health“-Aktionen. Einschließlich medien-assoziiertes Störungen und Probleme, die inzwischen ihr eigenes Belastungs-, wenn nicht gar Gefährdungs-Potential entwickeln.

Mit anderen Worten: Hier braucht es eine profunde *Einführung* in die *Klinische Psychosomatik*, wie sie die ausgewiesenen Experten für Psychosomatik, Psychotherapie, Psychotraumatologie und E-Mental-Health Frau Professor Dr. Christiane Eichenberg und Professor Dr. Wolfgang Senf anbieten: eine rund 300 Seiten dicke, aktuelle, wissenschaftlich fundierte, trotzdem alltags-bezogene und gut lesbare Hilfe zu Begriff, Realität, Historie (Psychosomatik heute – sehr spannend), Biologie, Genetik, Neurobiologie, Psychoneuroimmunologie, Psychologie, Tiefenpsychologie und Psychoanalyse sowie einer Vielzahl weiterer Fachbereiche.

Hilfreich die allgemeine psychosomatische Praxis (z. B. Vulnerabilität, Resilienz, Salutogenese, Entwicklungs-Belastungen, Bewältigungs-Krisen u. a.) und spezielle Psychosomatik, was einen immer wieder erstaunen lässt. Um nicht zu vergessen die psychischen Störungen mit Angst, Depression oder Persönlichkeitsstörung, nicht primär Gegenstand der Psychosomatik, wohl aber als komorbide Erkrankungen oder Folge-Erscheinungen häufiger als man denkt. Und durch ihre Mehrschichtigkeit auch schwerer therapeutisch in den Griff zu bekommen. Und schließlich die spezifischen Patientengruppen, nämlich Behinderte, Säuglinge, Kinder und Jugendliche sowie

ältere Menschen mit ihren eigenen Beschwerdebildern oder gar Störungen und damit diagnostischen und therapeutischen Anforderungen.

Fazit: Umfassend, einprägsam dargestellt (alle Erleichterungen eines hilfreichen Layouts nutzend, aber nicht überladend), und um jene Distanz gegenüber hypothetischer Überfrachtung bemüht, wie sie die selber praktisch tätigen Autoren auszeichnet (VF).