Praktische Einblicke in die psychologische Arbeit in der Inneren Medizin zum Thema „Stress und Blutzucker“

Interview mit Maria-Christine Mautner

Stress und Überforderung zählen zu den häufigsten Belastungen des menschlichen Alltags und haben insbesondere im Zusammenhang mit den gesellschaftlichen Krisen der vergangenen Jahre, darunter die COVID-19-Pandemie, die Klima-, Flüchtlings- und Finanzkrise, deutlich an Bedeutung gewonnen. Diese Herausforderungen sind eng mit dem täglichen Leben verknüpft und können bestehende körperliche sowie psychische Belastungen verstärken oder neu auslösen.

Rund zwei Drittel der Patientinnen und Patienten mit metabolischen Erkrankungen, insbesondere Adipositas und Diabetes mellitus, berichten über psychische Belastungssymptome. Etwa ein Drittel erfüllt die Kriterien klinisch relevanter psychischer Erkrankungen, wobei insbesondere Depressionen, Angststörungen sowie Stress- und Belastungsstörungen im Vordergrund stehen.

Psychologische Beratung und Behandlung leisten einen wesentlichen Beitrag zur Reduktion der somatischen Auswirkungen dieser Belastungen und stärken das Vertrauen der Betroffenen in die eigene Fähigkeit, alltägliche Herausforderungen erfolgreich zu bewältigen. Durch psychologische Interventionen erhalten Patientinnen und Patienten ein besseres Verständnis für die Zusammenhänge zwischen körperlichen und psychischen Symptomen und erlernen evidenzbasierte Strategien sowie alltagstaugliche Techniken zur Stressregulation und Krankheitsbewältigung.

Im folgenden Interview gibt die Klinische und Gesundheitspsychologin sowie Forscherin im Bereich Public Health, Frau Mag.[a] Mautner, wertvolle Einblicke in ihre praktische Tätigkeit. Die bidirektionale Wechselwirkung zwischen metabolischen und psychischen Erkrankungen bildet einen zentralen Schwerpunkt ihrer Forschung. Sie berichtet über ihre Arbeit in der klinischen Versorgung, die Förderung individueller Ressourcen, präventive Ansätze sowie die psychologische Begleitung von Menschen mit metabolischen Erkrankungen und deren pflegenden Angehörigen.

Im Gespräch mit der PiÖ-Redakteurin Dr.[in] Michaela Gmeiner veranschaulicht sie anhand praxisnaher Fallbeispiele, wie psychologische Begleitung dazu beitragen kann, körperliche und psychische Symptome frühzeitig zu erkennen, Belastungen zu reduzieren und Patientinnen und Patienten in einem selbstbestimmten und nachhaltigen Behandlungsprozess zu unterstützen.

In der ersten klinischen Fallvignette beschreibt Frau Mag.[a] Mautner die Begleitung eines Patienten, der nach zahlreichen traumatischen Erfahrungen während seiner Kindheit in einem Kinderheim und verschiedenen Pflegefamilien unter einer ausgeprägten posttraumatischen Belastungssymptomatik mit Kontrollverlust, Impulsdurchbrüchen und aggressivem Verhalten litt.

Frau Mag.[a] Mautner, wie kam es zum Kontakt mit Herrn P. und welchen ersten Eindruck gewannen Sie im Erstgespräch?

Herr P. nahm an einer klinischen Studie teil, in deren Rahmen die psychische Belastung von Patientinnen und Patienten mit Diabetes mellitus untersucht wurde. Im Zuge der wissenschaftlichen Erhebung wurde er von mir kontaktiert, um so seine psychische Belastung systematisch zu erfassen und gegebenenfalls notwendige weiterführende Behandlungsmaßnahmen einzuleiten beziehungsweise eine entsprechende Weitervermittlung an spezialisierte Fachpersonen zu ermöglichen.

Bereits im Erstgespräch zeigte sich, dass der Patient durch belastende Kindheitserfahrungen, eine ausgeprägte Suchterkrankung sowie die kürzlich gestellte Diagnose Diabetes mellitus erheblich beeinträchtigt war. Insbesondere die weitreichenden Veränderungen, die mit der neuen Diagnose verbunden waren, führten zu einem ausgeprägten Gefühl der Überforderung. Im Kontakt mit dem administrativen Personal sowie dem Pflegepersonal reagierte Herr P. wiederholt stark ange-