

## Wenn der Körper Angst macht und Fakten zu den Anxiolytika

Hier finden Sie die wichtigsten prüfungsrelevanten Fakten zum Thema Angst vor dem Hintergrund körperlicher Abläufe. Zwar ruft die Psyche bei Angst Körperreaktionen hervor, aber umgekehrt können auch körperliche Erkrankungen das Symptom Angst verursachen. Dieses Wissen kann Ihnen sowohl in der Prüfung, als auch in Ihrer Praxis nutzen. Außerdem fassen wir für Sie die wichtigsten Fakten zu den schulmedizinischen Medikamenten bei Angst zusammen.

### Soma trifft Psyche

#### Körperliche Angstsymptome:

- Herzklopfen, Herzrasen (Tachykardie), Blutandrang im Kopf, Hypertonie, auch Hypotonie
- geweitete Pupillen (Mydriasis), Blässe oder Gesichtsröte
- Unruhe, Beklemmung, Engegefühl in der Brust
- Atemnot, beschleunigte Atmung (Tachypnoe), Halsenge (Globusgefühl)
- Schwindel, Benommenheit
- zittrige Hände und Knie, feucht-kalte Hände und Füße, Schweißausbruch, Hitzewallung, Kälteschauer
- Übelkeit, Magenschmerzen, Durchfall, häufiger Harndrang

#### Körperliche Erkrankungen mit Angstsymptomen:

- **Herz-Kreislaufkrankungen** mit Erhöhung von Herzfrequenz und Blutdruck, Herzrhythmusstörungen, z. B. Angina pectoris, Asthma cardiale, Herzinfarkt, Herzrhythmusstörungen (besonders akute Tachyarrhythmie), Lungenembolie, hypertensive Krise/hypertensiver Notfall
- **Atemwegserkrankungen** mit Luftnot, v. a. Asthma bronchiale, Glottisödem, akut: Fremdkörperaspiration
- **hormonelle Erkrankungen**, insbesondere der Schilddrüse (Hyperthyreose), Nebenniere (Phäochromozytom, Cushing-Syndrom), Bauchspeicheldrüse (Hypoglykämie)
- **neurologische Erkrankungen**, v. a. im ZNS (z. B. Persönlichkeitsveränderung

bei Hirntumor), Hirndrucksymptomatik (z. B. bei Meningitis)

- **alle Schockarten:** anaphylaktischer, hypovolämischer, hypoglykämischer, kardiogener, septischer, neurogener Schock, verursacht durch Adrenalinausschüttung aufgrund von Sauerstoff- oder Glukosemangel
- **Magen-Darm-Erkrankungen** mit starken vegetativen Symptomen (z. B. infektiöse Gastroenteritis)

### Anxiolytika – Pharma gegen Angst

Ein Anxiolytikum ist ein angstlösendes Medikament. Es mindert auf verschiedene Weise die körperlichen Symptome von Angst und / oder verbessert die psychische Verfassung. Die Schulmedizin setzt folgende **verschreibungspflichtigen** Medikamente bei Angst- und Panikstörungen ein:

- **Antidepressiva** werden bei Angststörungen, Zwangsstörungen und Depressionen über längere Zeiträume eingesetzt. Sie wirken angst- und spannungslösend sowie stimmungsaufhellend. Wirkung erst nach 2–3 Wochen. Antidepressiva werden anhand ihrer **physiologischen Wirkweise** eingeteilt. Es gibt z. B.:
  - MAO-A-Hemmer
  - nicht selektive Monoamin-Reuptake-Inhibitoren (NSMRI; auch trizyklische bzw. tetrazyklische Antidepressiva)
  - verschiedene selektiv wirkende Inhibitoren
  - $\alpha_2$ -Adrenorezeptor-Antagonisten
  - Antidepressiva mit anderem Wirkmechanismus
- **Neuroleptika** wirken dämpfend und entspannend. Sie werden hauptsächlich zur Langzeittherapie bei schizophrenen Psychosen, aber auch bei anderen psychischen Störungen eingesetzt. Sie beeinflussen die Erregungsübertragung in den Synapsen innerhalb des Gehirns, hauptsächlich durch die Hemmung der Dopaminübertragung.
- **Tranquillanzien/Tranquilizer** fördern den Schlaf, drosseln das Bewusstsein, dämpfen die Emotionen, sedieren

(Beruhigungsmittel). Typisch sind hier die Benzodiazepine, die einen bestimmten Hirnrezeptor beeinflussen. Der bekannteste Wirkstoff ist Diazepam. Die Wirkung setzt schnell ein, z. B. auch Einsatz als Notfallmedikament. Nur sehr kurzfristige Einnahme, da hohes Suchtpotenzial!

- **Beta-Blocker** reduzieren hauptsächlich die körperlichen Begleiterscheinungen der Angst wie Zittern, Schwitzen, Magen-Darm-Beschwerden, senken den Blutdruck und den Puls. Auf das Angstempfinden selbst haben sie kaum Einfluss, die Leistungsfähigkeit bleibt erhalten. Einsatz meist akut bei Lampenfieber, keine Dauermedikation.

Dieser Artikel ist online zu finden unter: <http://dx.doi.org/10.1055/s-0030-1249168>



### Verwendete Literatur

**Vogelsang K.** Antidepressiva – Stimmungsmacher mit Nebenwirkungen. In: DHZ 2/2008. Stuttgart: Sonntag; 2008

**HP Elvira Bierbach**  
Heilpraktikerschule Bierbach  
Kreuzstrasse 32  
33602 Bielefeld  
E-Mail: e.bierbach@freenet.de