

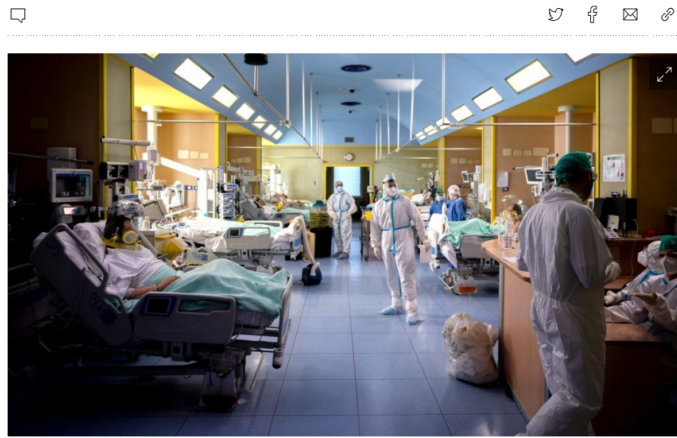
Mediziner über psychische Störungen nach Intensivbehandlung

»Ganz plötzlich setzen Panikattacken ein, Herzasen, die Angst zu sterben«

Beatmete Patienten tragen oft schwere Traumata davon. Können Hausärzte ihnen mit einer Therapie helfen, die auch bei Kindersoldaten und Kriegssopfern eingesetzt wird?

Ein Interview von **Jule Lutteroth**

23.04.2021, 13.00 Uhr • aus **DER SPIEGEL 17/2021**



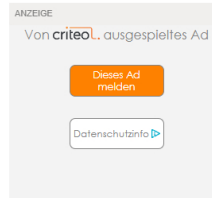
Covid-Intensivstation in Rom. Foto: Antonio Masiello / Getty Images

SPIEGEL: Herr Professor Gensichen, viele Patientinnen und Patienten, die auf der Intensivstation behandelt wurden, haben später teils schwere psychische Beeinträchtigungen. Es sind auch viele Covidpatienten darunter. Welche gesundheitlichen Probleme haben sie?

Gensichen: Viele leiden körperlich unter Müdigkeit und Muskelschwäche und mental unter Ängsten, Depressionen, Schlafstörungen, posttraumatischen Belastungen – PTBS genannt – und teils unter deutlichen kognitiven Beeinträchtigungen. Das beobachten Hausärzte nach länger zurückliegender intensivmedizinischer Behandlung wegen Coviderkrankungen, aber auch nach einer Sepsis, einem Multiorganversagen oder Herzinfarkten.

SPIEGEL: Posttraumatische Belastungsstörungen verbinden viele mit Erlebnissen aus dem Krieg. Ist das vergleichbar?

Gensichen: Durchaus. Aber sie sind eben nicht das einzige Symptom bei unseren Patienten, wir sprechen zusammengefasst vom Post Intensive Care Syndrome, kurz PICS. Je länger die Behandlung auf der Intensivstation dauert, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, PICS zu erleiden. Betroffen sind vor allem Patientinnen und Patienten, die in ein künstliches Koma versetzt und beatmet wurden. Da Covidkranke auf der Intensivstation häufig außergewöhnlich lange Liegezeiten haben, können sie durch den Stress besonders belastet sein.



Aus: **DER SPIEGEL 17/2021**



Zwei gegen eine

Annalena Baerbock will das Kanzleramt erobern. Sie tritt gegen Armin Laschet und Olaf Scholz an, die Vertreter der einstigen Volksparteien. Die beiden Männer haben Regierungserfahrung – im Gegensatz zur Kandidatin der Grünen. Können die beiden damit punkten?

Lesen Sie unsere Titelgeschichte, weitere Hintergründe und Analysen im digitalen SPIEGEL.

[Zur Ausgabe >](#)

SPIEGEL: Was erleben sie da?

Gensichen: Wir alle können uns glücklich schätzen, dass die Intensivmedizin Leben rettet. Dazu setzen wir die stärksten medizinischen Mittel und Medikamente ein, die wir haben – auch wenn sie teilweise extrem belastend sind. Hinzu kommt, dass die Umgebungsfaktoren traumatisierend wirken können. Grelles Licht, das Dauerpiepsen der medizinischen Geräte, die schrillen Alarmtöne. Intensivpatienten, die ja selbst mit lebensbedrohlichen Erkrankungen kämpfen und gerade besonders empfindlich sind, erleben auch mit, wenn sich die Situation anderer Patienten dramatisch verschlechtert.

SPIEGEL: Sie meinen, wenn einem Bettnachbarn nicht mehr geholfen werden kann?

Gensichen: Auch wenn dort ruhig, sicher und professionell gehandelt wird, ist das Sterben auf einer Intensivstation mit innerlicher Aufregung auch im medizinischen Team verbunden. Weil man inzwischen weiß, wie unglaublich belastend der Faktor Lärm ist, entstehen derzeit vielerorts »stille« Intensivstationen. Dort sind dann die Warnsignale der Intensivgeräte leise gestellt, die Mitarbeiter hören diese nur in der Zentrale und über ihre Headsets.

SPIEGEL: Wieso leiden gerade Patienten, die beatmet wurden, später so häufig unter einem Trauma?

Gensichen: In der Aufwachsituation nehmen diese Patienten schon sehr viele Eindrücke auf, können sie aber nicht einordnen. Dabei entsteht oft eine Fehlverknüpfung zwischen der aktuellen Wahrnehmung der Situation und ihrer langfristigen emotionalen Einordnung. Das kann dann zu so einer posttraumatischen Belastungsstörung führen, die oft erst nach drei bis sechs Monaten auftritt.

SPIEGEL: Was bedeutet das für Coviderkrankte?

Gensichen: Uns Hausärzten berichten manche Covidpatienten, dass sich etwa ihre Aufwachsituation innerlich »wiederholt«. Das ist bei längerer Behandlungsdauer häufiger der Fall. Covidpatienten werden oft länger beatmet als andere Intensivpatienten. Manchen geht es so schlecht, dass sie über eine Ecmo, eine Art künstliche Lunge, beatmet werden müssen, damit sie überleben können. Dabei übernimmt die Maschine die Atmung, indem das Blut außerhalb des Körpers in eine Herz-Lungen-Maschine gepumpt wird. Der Patient ist dabei tief sediert. Andere der künstlich beatmeten Patienten werden nur nachts sediert, tagsüber werden die Narkosemittel zeitweise abgesetzt, sie kommen zu Bewusstsein.

Zur Person



Foto: Michael Fuchs / LMU

Prof. Dr. Jochen Gensichen, 56, ist Facharzt, Direktor des Instituts für Allgemeinmedizin am Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität München und Sprecher des DFG-Graduiertenkollegs POKAL. Er untersucht mit seinem Team in einer DFG-Studie die psychischen Folgen langer intensivmedizinischer Behandlungen.

 Anzeigen

Diese Werbung blockieren

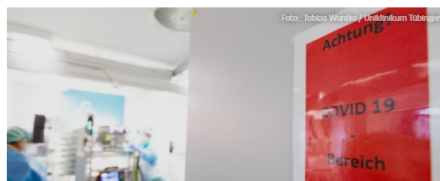
Warum sehe ich diese Werbung? >

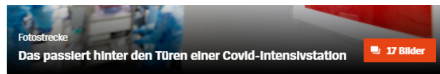
SPIEGEL: Was genau passiert in dieser Aufwachphase?

Gensichen: Manche Patienten beschreiben uns die Situation als sehr beklemmend: Sie nehmen wahr, da ist jemand, aber sie kennen die Person nicht. Sie werden angefasst, etwa für Untersuchungen oder zur Körperpflege, wissen aber nicht, was mit ihnen geschieht. Sie sehen Dinge und nehmen Gerüche und Laute wahr, können sie aber nicht einordnen. Und sie können sich nicht artikulieren.

SPIEGEL: Das Personal auf den Intensivstationen arbeitet oft an der Belastungsgrenze. Würde es etwas ändern, wenn es mehr Zeit hätte, etwa um den Patienten die Handgriffe zu erklären, mit ihnen zu sprechen, auch wenn sie nicht bei Bewusstsein sind?

Gensichen: Eigentlich ist das Pflegepersonal bestens geschult, was die Ansprache betrifft. Doch auf den Intensivstationen kämpfen wir mit mehreren Problemen gleichzeitig: Es gibt zu wenige Pflegekräfte. Die Behandlung von Covidkranken ist außerordentlich aufwendig. Und die Patienten auf den Stationen sind eben auch psychisch belastet.





SPIEGEL: Betroffene berichten, dass sie später von ihren Emotionen regelrecht überfallen werden.

Gensichen: Durch bestimmte Reize wie Geräusche oder Gerüche werden PTBS-Patienten immer wieder in die Situation der Hilflosigkeit hineingeworfen, die sie auf der Intensivstation erlebt haben. Das kann das Knattern eines Hubschraubers sein, oder es sind Piepstöne, Schreie, entfernte Gespräche, bestimmte Wörter, selbst die Geräusche beim Aufreißen von Verpackungen. Ganz plötzlich setzen Panikattacken ein, Herzrasen, Schwitzen, Schwindel, die Angst zu sterben – oder die Angst, erneut auf eine Intensivstation zu kommen und diesmal nicht zu überleben.

SPIEGEL: Auf Intensivstationen werden derzeit zunehmend jüngere Coronapatienten behandelt.

Gensichen: Ältere Personen haben sich meist schon einmal mit der Endlichkeit des Lebens, mit Krankheit und dem Tod beschäftigt. Viele 50- bis 60-jährige Covidpatienten, die auf die Intensivstationen kommen, rauschen dagegen zum ersten Mal in eine solche Lebenskrise. Einige von ihnen werden Hilfe brauchen, was die Bewältigung dieser psychischen Belastung angeht. Sie müssen sich ja wieder in ihrem Leben zurechtfinden und auch in den Arbeitsalltag zurückkehren.

SPIEGEL: Wie kann dieses Trauma überwunden werden?

Gensichen: Unsere Hoffnung ist, dass die PTBS-Patienten lernen können, traumatische Erfahrungen auf der Intensivstation als »nicht von Menschen verursacht« einzustufen, auch wenn sie ja von Menschen behandelt wurden. Dann wird die Therapie deutlich einfacher. Ein Problem ist aber, dass es sicher zu wenige Spezialisten dafür gibt. Wir untersuchen gerade [in einer Studie an der LMU München](#) [und der Charité in Berlin](#), inwiefern die Hausärzte hier unterstützen können.

SPIEGEL: Eigentlich sind Hausärzte ja nicht auf psychische Krankheiten spezialisiert. Wie soll das ablaufen?

Gensichen: Wir haben momentan 22.000 Menschen mit den unterschiedlichsten Krankheitsbildern auf deutschen Intensivstationen, davon werden schätzungsweise bis zu 20 Prozent eine solche psychische Belastung erleiden. Natürlich müssen schwere posttraumatische Belastungsstörungen von ausgebildeten Psychotherapeuten behandelt werden. Doch es gibt viel zu wenige Therapeuten. Die Frage ist also, ob der Hausarzt bei leicht- und mittelgradig erkrankten Patienten Erste Hilfe leisten kann. Wir setzen da auf die sogenannte Narrative Expositionstherapie, kurz NET.

SPIEGEL: Was versteht man darunter?

Gensichen: Die NET-Therapie wurde ursprünglich für die Behandlung traumatisierter Kindsoldaten und Kriegsflüchtlinge entwickelt und etwa in Uganda angewendet. Wir glauben, dass Hausärzte mit diesem Ansatz in einer vereinfachten Form Intensivpatientinnen und -patienten helfen können. Betroffene werden durch extrem genaue Fragestellungen zur Nacherzählung der belastenden Erlebnisse animiert. Sie sollen sich erinnern: Wie war das genau? Was habe ich gehört, was gesehen, was gefühlt? Dadurch kann Erlebtes, das während der traumatisierenden Situation auf der Intensivstation nicht gut mit dem damaligen Kontext verknüpft werden konnte, nachträglich verbunden werden. Diese Gesprächstechnik vermittelt unser Team den Hausärzten.

SPIEGEL: Und das reduziert bei den Patientinnen und Patienten die Angst, den Druck?

Gensichen: Durch die Gesprächsführung erlebt der Patient den Stress, den er in der Klinik hatte, erneut. Gleichzeitig spürt er aber: Ich sitze hier mit meinem mir vertrauten Hausarzt, bin in Sicherheit, mir kann und wird nichts passieren. Der Stress kann kommen und gehen. Ich kann damit umgehen. Wenn der Patient an diesen Punkt kommt, haben wir gewonnen.

SPIEGEL: Das hört sich erstaunlich einfach an. Wie sind die Erfolgsaussichten?

Gensichen: In unserer Studie haben wir derzeit 110 Patientinnen und Patienten, für die wissenschaftliche Auswertung sollen es bis zum Herbst insgesamt 170 Fälle werden. [Wir nehmen also noch Patienten auf.](#) [Meine große Hoffnung ist, dass die Betroffenen sich in ihrem Leben wieder besser zurechtfinden. Das Feedback, das wir bisher bekommen haben, ist vielversprechend. Ich glaube aber, die Hausärzte werden sich mit den PTBS-Patienten auch dann noch beschäftigen müssen, wenn das Thema Corona in der Öffentlichkeit längst abgehakt ist.](#) [B](#)

Mehr zum Thema

Individuelle Risikoabwägung: Einmal Impfen ist weniger riskant als eine Woche Skiurlaub Von Nina Weber



Corona-Impfmonitor: So viele Menschen wurden schon geimpft Von Marcel Pauly



Mobilitätsforscher: Wie ein Weg aus der Lockdown-Spirale aussehen könnte Ein Interview von Katherine Rydlink



Coronapandemie: Präsident der Intensivmedizin warnt vor »dramatischer Lage« in Krankenhäusern



Diskutieren Sie mit >

Feedback

ANZEIGE



Die Gehälter der Programmierer im Jahr 2021 könnten Sie dazu bringen, zweimal über den nächsten Schritt
Stellenangebote | Gesponserte Links

ANZEIGE



Hybrid-Meetings = Zukunft
Barco ClickShare

ANZEIGE



Sichere dir exklusive Angebote für Studenten. Mehr erfahren.
Dell

Aktuell in diesem Ressort

Populärer als Trump: Biden hat die Mehrheit der US-Bürger hinter sich

Seit fast 100 Tagen ist Joe Biden US-Präsident – und es läuft gut: Laut einer Umfrage ist er populärer, als es sein Vorgänger Donald Trump im Vergleichszeitraum war. Doch in einem Politikfeld stößt Biden auf Ablehnung.



Kölner Karnevalsband

Höhner werfen Gitarrist raus

Hintergrund sei seine politische Haltung gegenüber der Coronapandemie: Die Höhner haben sich von ihrem Gitarristen Joost Vergoossen getrennt.

Pandemie und Bürokratie

Zahl der Selbstständigen sinkt um 300.000

»Die Entwicklung ist dramatisch«, warnt der Berufsverband VGSD: Bis Ende des Jahres wird die Zahl der Firmengründer und Selbstständigen um 300.000 sinken – doch die Pandemie ist nicht der einzige Grund.



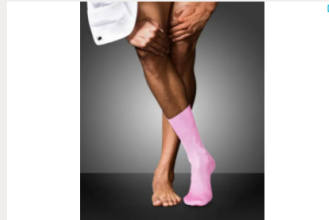
59 Jahre alter Modeschöpfer
Alber Elbaz stirbt an Covid-19

ANZEIGE



So viel werden Zahnärzte in Hamburg im Jahr 2021 verdienen
Zahnarzt Stellenangebote | Gesponserte Links

ANZEIGE



Bequem online bestellen bei FALKE®!
FALKE

Mehr lesen über

Coronavirus

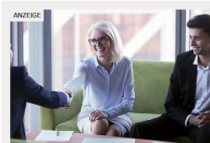
Leben

Coronavirus: Medizin

Mehr vom SPIEGEL



Hier dreht sich alles um Ihr Glück!
Glücksspirale spielen, das lohnt sich: 10.000 Euro monatlich für 20 Jahre.



Geschafft! Werden Bewerber vom...
Darauf achten Personalier im Vorstellungsgespräch



Lass die Sonne in Dein Herz mit...
Top Reisedeals 2021 | Kostenlos stornierbar

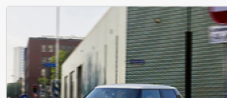
Russischer Impfstoff Sputnik V
Zu 97,6 Prozent wirksam?

Design-Prototyp
Schuhe von Kanye West versteigert – für 1,8 Millionen Dollar

Werksärztlicher Dienst
Daimler startet Anmeldung für Betriebsimpfung



sponsored by MINI
Der neue MINI 5-Türer. Mehr Platz für Gokart-Feeling.





Mehr Platz für Ihre Pläne.

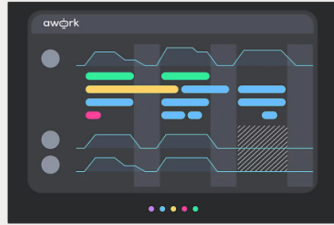


Umfangreichere Grundausrüstung.



Jetzt mehr erfahren.

ANZEIGE



Das hübscheste Tool zur Projektarbeit, das wir bisher gesehen haben
awork

ANZEIGE



Teure Gleitsichtbrillen adé...
brillen.de

Mehr vom SPIEGEL

ANZEIGE



Es gibt viele Gründe, den Arbeitgeber...
No-Gos in der Gehaltsverhandlung:
Vermeiden Sie diese Fehler!



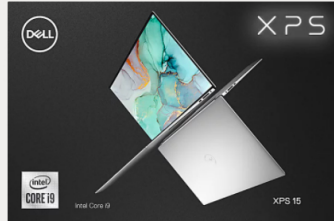
Urteil zu Kirchenasyl in Bayern
Rechtswidrig, aber nicht strafbar

ANZEIGE



Das pandemiebedingte Gebot des...
Wie Kandidaten das Videointerview
perfekt meistern

ANZEIGE



Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf. Mehr erfahren.
Dell

ANZEIGE



Unglaubliches Gerät gegen verspannte Nackenmuskeln
erobert unser Land im Sturm
breakthroughtrend.com

Mehr vom SPIEGEL



Oster-Lesestoff für Kinder
Pro Haushalt ein Hase – und ein Buch



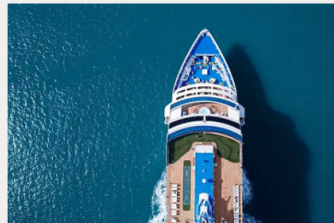
Wäschetrockner im Test
In trockenen Tüchern

ANZEIGE



Anzeige
Starten Sie mit einer kostenlosen
Immobilienbewertung

ANZEIGE



Die Kosten für eine Luxuskreuzfahrt im Jahr 2021 werden
Sie umhauen
Kreuzfahrt | Search Ads

ANZEIGE



Abgasskandal betrifft immer mehr Wohnmobile - Bis zu
120.000€ Schadensersatz
Wohnmobil Schnell Check

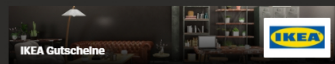
Spiele >

mehr Spiele



Serviceangebote von SPIEGEL-Partnern

Gutscheine

[Top Gutscheine](#)[Alle Shops](#)**Auto**

Autokredit
Bußgeldrechner
Firmenwagenrechner
Kfz-Versicherungvergleich

Job

Brutto-Netto-Rechner
Jobsuche
Kurzzeittelgeld-Rechner
Studienfächer erklärt

Finanzen

Gehaltsvergleich
Handytarife
Immobilienbewertung
Kreditvergleich
Strom/Gas-Vergleich
Studium und Finanzen
Versicherungen
Währungsrechner

Freizeit

Bücher bestellen
Bundesliga-Experten
Eurojackpot

Ferientermine
GlücksSpirale
Gutscheine

LOTTO Gaus49
Spiele
Sportwetten

Reisedeals

Alle Magazine des SPIEGEL**DER SPIEGEL****SPIEGEL Bestseller****SPIEGEL GESCHICHTE****S-Magazin****SPIEGEL EDITION****SPIEGEL Gruppe**

[Abo](#) [Shop](#) [manager magazin](#) [Harvard Business manager](#) [buchreport](#) [Werbung](#) [Jobs](#) [MANUFAKTUR](#) [SPIEGEL Akademie](#) [SPIEGEL Ed](#)

[Impressum](#) [Datenschutz](#) [Nutzungsbedingungen](#) [Cookies & Tracking](#) [Newsletter](#) [Kontakt](#) [Hilfe](#) [Text- & Nutzungsrechte](#)

Facebook

Twitter

Wo Sie uns noch folgen können