



Vortrag von

Dr. med. Alexander Zimmer
Chefarzt der Externen Psychiatrischen Dienste Baselland

zum Thema

**»Wenn eine lebensnotwendige
Reaktion zur psychischen
Belastung wird«**

Datum: Freitag, 16. März 2012

Zeit: 20.00 Uhr

Ort: Fridolinssaal Breitenbach

Eintrittspreis: Mitglieder des Kultur- und Lesevereins Fr. 10.--
Nichtmitglieder Fr. 12.--

Vorverkauf: kein Vorverkauf

Zur Thematik:

Angst und Furcht ist ein jedem Menschen wohl bekanntes Gefühl, welches hilft, mit bedrohlichen Situationen besser umgehen zu können. Ein gewisses Mass an Angst ist lebensnotwendig, fördert die Leistungsfähigkeit und führt zu zweckmässigem und zielgerichtetem Handeln. Ein Zuviel an Angst kann aber auch zu einer Lähmung und zu diversen Problemen oder gar zu Krankheiten führen.



Dr. med. Alexander Zimmer

Bei etlichen Menschen tritt die Angst in über grossem Ausmass auf, verliert an positiver Bedeutung und wird zunehmend zu einer psychischen Belastung. Man spricht dabei allgemein von einer Angststörung. 15-20 % aller Menschen leiden mindestens während einer gewissen Zeit ihres Lebens daran, bei 2-3% der Bevölkerung kommt es anhaltend zu Symptomen und teilweise zu einer chronischen Erkrankung.

Die Beschwerden können dabei in ganz unterschiedlicher Art und Weise auftreten. Sehr häufig kommen Panikattacken vor, aber auch unbestimmte Angstzustände ohne ersichtliche Ursache. Nicht selten spüren die Patienten nur die körperlichen Symptome wie Hitzewallungen, Kurzatmigkeit, Beklemmungsgefühl, Zittern, Schwindel u.a., oft ohne die zugrundeliegenden Angstsymptome überhaupt wahrzunehmen. Bei anderen Patienten führen Situationen, in denen sie im Mittelpunkt stehen (z.B. Sprechen in der Öffentlichkeit) zu Angst und Panik. Ein wesentliches Problem der Angststörung liegt in der Gefahr von Folgeproblemen, welche im Laufe dieser Erkrankung auftreten können. So sind depressive Entwicklungen, Suchtverhalten (z.B. übermässiger Alkoholkonsum) oder Selbstmordversuche gar nicht selten. Eine korrekte Diagnose und Einleitung therapeutischer Schritte bei Hausarzt oder Psychiater ist deshalb folgerichtig und für die Lebensqualität der Patienten von grosser Bedeutung. Der Referent - **Dr. A. Zimmer** - hat als Psychiater grosse Erfahrung im Umgang mit der Angststörung und wird sich in seinem Vortrag kompetent zu diesem Problem äussern.