

Zwangserkrankungen – Informationen für Angehörige

Angehörige von Patienten mit Zwangserkrankungen sind meist stark belastet. Oft sind sie beispielsweise in die Rituale integriert, etwa indem der Patient seine Verantwortung für eventuell mögliche Katastrophen abgibt. So müssen sie etwa überprüfen, dass die Haustüre tatsächlich abgeschlossen wurde, oder dürfen im Haushalt bestimmte Gegenstände nicht berühren oder sie müssen diese nach Berührung säubern.

Grundsätzlich sollten Angehörige sich klarmachen, dass der Patient seine Zwänge nicht aus eigener Kraft überwinden kann. Appelle wie „stell’ dich nicht so an“ bringen deshalb gar nichts, lösen beim Patienten nur zusätzliche negative Gefühle aus. Sie sollten stattdessen klarmachen, dass professionelle Hilfe nötig ist.

Auf keinen Fall sollten Angehörige ihren Alltag von den Zwängen bestimmen lassen und das eigene Leben aufgeben. Stattdessen ist es hilfreich, sich selbst Unterstützung zu holen - etwa in einer Gruppe für Angehörige oder mittels Selbsthilfeliteratur.

Ab und zu ärgerlich zu werden ist normal. Wenn negative Gefühle allerdings überhandnehmen, ist es vielleicht sogar angebracht, als Angehöriger selbst therapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Quelle: www.neurologen-und-psiater-im-netz.org

Gesundheitsratgeber für Patienten zu den Themen der KV-Sprechstunde. Weitere Informationen bekommen Sie unter www.kvberlin.de/patienten/gesundheitsratgeber.

Kassenärztliche Vereinigung Berlin, Masurenallee 6A, 14057 Berlin

Kassenärztliche Vereinigung –
die Dachorganisation der
niedergelassenen Ärzte und
Psychotherapeuten in Berlin