

Schmerz braucht doppelte Hilfe

Psychische Ursachen für Schmerzen sind weit verbreitet und kaum bekannt!

Schmerzen treiben Menschen in Scharen zu Ärzten. Diese helfen meist mit schulmedizinischen Mitteln, verschreiben Therapien, Medikamente und manchmal wird auch ein operativer Eingriff angeraten.

Schmerzen haben auch immer einen psychischen Aspekt, meint der Mentalpsychologe DDDr. Karl Isak, der gerade bei chronischen Schmerzen davon ausgeht, dass psychische Ursachen eine bestimmende Rolle einnehmen. „Ein ungelöstes psychisches Problem wirkt sich auf den Körper aus und umgekehrt führen körperliche Probleme zu psychischen. Psyche und Körper stehen immer in einem unmittelbaren Zusammenhang. Der Körper wird zu einem Ventil, und die Schmerzen zu seiner Stimme.“ Die Psychosomatik hat das längst bewiesen, und die wissenschaftlichen Erkenntnisse darüber sind frappant.

Doppelstrategie

Menschen mit langjährigen chronischen Schmerzen haben immer eine belastete

persönliche Geschichte. Diese blieb meist unbearbeitet oder verdrängt und arbeitet im Unbewussten auf der Ebene des Schmerzes weiter. Langjähriger Medikamentenkonsum bietet vielleicht Linderung – aber keine Heilung.

Isak plädiert

deshalb für eine Doppelstrategie. Die medikamentöse Behandlung braucht eine psychologische Begleitung. Er bietet dafür Lösungen an, die im kathartischen Bilderleben und in suggestiven Verfahren ihre wissenschaftlichen Grundlagen haben.

Das interessante an seiner Methode ist, dass mit bestimmten Interventionen sowohl die Ursachen, wie auch die Symptome angesprochen werden. Mit dieser Doppelstrategie stehen die Chancen gut, über seine Schmerzen zu siegen.

Ursachen meist unbewusst

Die Ursachen für chronische psychosomatische Schmerzen können vielfältig sein und werden von den

Patienten meist nicht wahrgenommen. Überlastungen, Stress und Angst, Druck und Unterdrückung, Traumata wie körperliche oder seelische Gewalt, Missbrauch, Minderwertigkeitsgefühle und viele andere, denen man im Gespräch auf den Grund gehen muss.

Vieles ist verschüttet und die Gründe sind weder bewusst noch bekannt. Auf jeden Fall macht es Sinn, den Ursachen auf den Grund zu gehen und nicht alleine die Symptome zu behandeln, denn langjähriger Medikamentenkonsum hat auch seine Folgen.

Behandlung

Psychisch verursachte Schmerzen können an den unterschiedlichsten Stellen auftreten und sich als Kopf-, Rücken-, Brust-, Gelenks-, Unterbauch-, Knie-, wandernde oder allgemeine Körperschmerzen äußern. Auch die Schmerzformen sind vielfältig – brennen, stechen, klopfen, spannen oder andere. Die Patienten konzentrieren sich immer auf die Symptome, und sind kaum in der Lage, alleine mögliche Ursachen aufzuspüren.

Die Einnahme von Medikamenten ist einfach und für den jeweiligen Augenblick sinnvoll. Auch Isak plädiert dafür, Schmerzen medikamentös zu behandeln, aber gleichzeitig müssen die Ursachen bekämpft werden – und das ist mit medizinischen Mitteln alleine meist nicht möglich.

Kontakt

Isak unterhält Praxen in Wien, Klagenfurt, Villach und Graz und ist im Einzelfalle – nach telefonischer Absprache auch zu Hausbesuchen bereit. Terminvereinbarungen unter 0664/89 17 513.

