

# Vorwort

Das Gebiet der Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie hat sich in den letzten Jahren so stark weiterentwickelt und ausdifferenziert, dass es kaum möglich ist, alle ätiologischen Krankheitsmodelle und psychotherapeutischen Behandlungsansätze im Detail parat zu haben. Hier kann das »Eisbärenprinzip« hilfreich sein: Wenn das Eis Schollen bildet, ist es wichtig, dass die nächste Scholle immer nur einen Sprung entfernt ist. In der Prüfungssituation heißt das, zu allen bedeutsamen Krankheitsbildern immer mindestens so viel Wissen parat zu haben, dass man es bis zur nächsten Wissenscholle schafft. Dies stellt auch im klinischen Alltag sicher, dass man nicht ins Schwimmen gerät, sondern immer einen breiten Überblick behält (um spezifische Fragestellungen im Bedarfsfall konkret nachlesen zu können).

Die Idee für dieses Buch entstand in unserem klinikinternen »Fachärzt\*innen-teaching«, welches seit einigen Jahren fester Bestandteil der ärztlichen Weiterbildung in der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Freiburg ist. Im Kreis der Autor\*innen haben wir regelmäßig alle wichtigen Störungsbilder durchgearbeitet und in Anlehnung an unsere Eisbären-Metapher folgende »Eisschollen« definiert, die man für alle wichtigen psychosomatischen Krankheitsbilder im Blick haben sollte:

1. Eine einprägsame Fallvignette zur Memorierung und Illustration der Klinik
2. Eine Zahl als essenzieller epidemiologischer Eckpunkt
3. Die wichtigsten Diagnosekriterien nach ICD-10 und ICD-11
4. Die wichtigsten psychometrischen Instrumente
5. Jeweils mindestens ein ätiologisches Modell aus Psychodynamik, kognitiver Verhaltenstherapie, systemischer Therapie sowie Neurobiologie
6. Die grundlegenden Behandlungsansätze aus Psychodynamik, kognitiver Verhaltenstherapie, systemischer Therapie und Psychopharmakotherapie

Oft haben wir uns während des Fachärzt\*innenteachings Notizen gemacht, um die Inhalte so übersichtlich – d. h. in einer kompakten, systematischen und schulen-übergreifenden Form – auch später noch nachlesen zu können. So entstand dieses Lehr-, Lern- und Praxisbuch als Gemeinschaftswerk von Professor Lahmann und den Assistenzärztinnen der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie.

Besonderen Wert haben wir dabei auf prägnante Formulierungen und eine didaktisch anregende Darstellung gelegt. Viele Überschriften sind als Fragen formuliert, um schon beim ersten Lesen zum Mitlernen anzuregen. Praxisnahe Fallbeispiele flankieren das übersichtlich und kompakt zusammengefasste Wissen;

eingängige Fallbeispiele und Grafiken sorgen für kurzweilige und effiziente Lern erfahrungen. Und nie bleiben die Inhalte auf einer theoretischen Ebene stecken, sondern es werden konkrete Strategien für Diagnostik und Therapie im klinischen Alltag aufgezeigt. Damit liefert das Buch auch eine solide Grundlage für die Psychosomatische Grundversorgung in allen klinischen Fachbereichen sowie schulen übergreifendes Basiswissen für die Zusatzbezeichnung Psychotherapie und die psychosomatische Facharztweiterbildung.

Die Rohfassung des Manuskripts hat den Praxistest bereits erfolgreich bestanden: Mehrere Autorinnen haben sich damit erfolgreich auf die Facharztprüfung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie vorbereitet.

Unser besonderer Dank gilt den Kolleginnen Alexandra Hagen und Sonja Lienhart, die uns durch kritische Durchsicht des Manuskripts und emotionale Ermutigungen ganz wesentlich unterstützt haben. Außerdem danken wir unseren erfahrenen Mentor\*innen Almut Zeeck, Manon Feuchtinger, Elke Reinert, Andrea Kuhnert, Derek Spieler, Lukas Frase und Stefan Schmidt für die Durchsicht einzelner Kapitel und wertvolle inhaltliche Anregungen. Und nicht zuletzt danken wir unserer Kollegin Romi Preiter für die maßgezeichneten Abbildungen.

Wir sind sicher, dass auch Sie nach der Lektüre dieses Buches weder klinisch ins Schwimmen geraten noch in Prüfungssituationen nasse Füße bekommen werden.

Wir wünschen Ihnen eine kurzweilige Lektüre und alles Gute!

*Ihr Autor\*innenteam*

PS:

Dieses Buch ist eine Teamleistung. Es wurde durch eine kreative Zusammenarbeit mit intensiver Auseinandersetzung und gegenseitigen Inspirationen lebendig.

Eine Schlüsselrolle in der Entstehung des Buches hatte *Claas Lahmann*: Er ist hauptverantwortlich für die Konzeption und inhaltliche Umsetzung des Werks. Seine sorgfältigen Korrekturen und sein beständiges, konstruktives Feedback führten zur Optimierung aller Kapitel, ihrem stringenten Aufbau und der Sicherstellung der inhaltlichen Korrektheit. Unterstützt wurde er dabei von *Inga Lau* (Projektmanagement) und *Anne-Louise Wüster* (Mitgestaltung didaktisches Konzept und Teamkommunikation).

Die inhaltlichen Schwerpunkte der Autor\*innen zeigt folgende Aufstellung:

- **Psychotherapie:** Inga Lau, Prisca Bauer, Laura Schäfer, Anne-Louise Wüster, Eva Frohnmeier, Claas Lahmann
- **Depressive Störungen:** Anne-Louise Wüster, Inga Lau, Eva Frohnmeier, Prisca Bauer, Claas Lahmann
- **Angststörungen:** Anne-Louise Wüster, Prisca Bauer, Laura Schäfer, Eva Frohnmeier, Inga Lau, Claas Lahmann
- **Zwangsstörungen:** Eva Frohnmeier, Anne-Louise Wüster, Prisca Bauer, Inga Lau, Claas Lahmann
- **Trauma und Traumafolgestörungen:** Nora Schwilk, Laura Schäfer, Inga Lau, Claas Lahmann

- **Funktionelle Körperbeschwerden:** Claas Lahmann, Laura Schäfer, Prisca Bauer, Inga Lau, Anne-Louise Wüster
- **Essstörungen und Adipositas:** Eva Frohnmeier, Inga Lau, Claas Lahmann
- **Persönlichkeitssstörungen:** Anne-Louise Wüster, Prisca Bauer, Inga Lau, Claas Lahmann
- **Sexuelle Funktionsstörungen u.a.:** Eva Frohnmeier, Inga Lau, Claas Lahmann
- **Konsil- und Liasonpsychosomatik:** Inga Lau, Prisca Bauer, Eva Frohnmeier, Laura Schäfer, Claas Lahmann
- **Psychosomatische Notfälle:** Prisca Bauer, Inga Lau, Claas Lahmann
- **Psychiatrische Störungsbilder:** Anne-Louise Wüster, Prisca Bauer, Eva Frohnmeier, Inga Lau, Claas Lahmann
- **Psychopharmakologische Behandlung:** Prisca Bauer, Anne-Louise Wüster, Inga Lau, Eva Frohnmeier, Claas Lahmann

