

Inhaltsverzeichnis

I	Allgemeiner Teil	1	4.6.3	Wo liegt das Problem?	36
1	Psychische Störungen als Behandlungsanlass	4.6.4	Notwendige Rahmenbedingungen für Gespräche über Veränderung	37	
	Jochen Gensichen, Cora Ballmann, Antje Bergmann, Vittoria Braun, Attila Altiner, Martin Scherer, Konrad Schmidt und Wilhelm Niebling	3	4.6.5	Evokation der intrinsischen Veränderungsmotivation sowie Stärkung der Selbstverpflichtung	40
		4.6.6	Mögliche Schwierigkeiten bei Gesprächen über Veränderung	44	
		4.6.7	Erstellen eines persönlich verbindlichen Änderungsplans	46	
2	Psychosoziale Diagnostik	7	5	Depressionen	49
	Mathias Berger, Jochen Gensichen, Martin Härtter und Lars P. Hözel	19	5.1	Lars P. Hözel, Elisabeth Schramm und Wilhelm Niebling	
		5.2	Einleitung	50	
3	Psychoedukation, Selbstmanagement und E-Mental-Health	20	5.3	Klinische Merkmale der Depression	50
	Martin Härtter, Jan Philipp Klein, Attila Altiner und Caroline Jung-Sievers	20	5.3.1	Differenzialdiagnostik – Depression vs. primär körperliche Erkrankung	51
3.1	Einleitung	20	5.3.2	Schweregrad	51
3.2	Arzt-Patienten-Beziehung	20	5.3.3	Chronische Verläufe	52
3.2.1	Anamnese	20	5.3.4	Bipolare Verläufe	52
3.2.2	Informationsvermittlung und Aufklärung im Patientengespräch	21	5.3.5	Substanzbezogene Störungen	53
3.2.3	Evidenzbasierte Gesundheitsinformationen und Entscheidungshilfen	22	5.3.6	Angststörungen	53
3.2.4	Kommunikation zur Verhaltensmodifikation	23	5.4	Trauer	53
3.2.5	Zielsetzung und -erreichung	23	5.5	Differenzialtherapie	53
3.3	Selbstmanagement mit E-Mental-Health-Interventionen	24	5.5.1	Problemlösetraining in der Primärversorgung (PLT-PV)	54
3.3.1	Definition und Einteilung	24	5.5.2	Einleitung	54
3.3.2	Eigenschaften und Integration von webbasierten Programmen in die Behandlung	24	5.5.3	Hintergrund	55
3.3.3	Rechtliche Rahmenbedingungen	25	5.5.4	Vorgehen im Rahmen des PLT-PV	55
		25	5.6	Weitere Stunden im Rahmen des PLT-PV	60
			5.6.1	Interpersonelle Beratung in der Primärversorgung	61
			5.6.2	Aufgaben Sitzung 1	62
			5.6.3	Aufgaben Sitzung 2	62
				Aufgaben Sitzung 3	63
II	Krankheitsbilder und Methoden	29	6	Panikstörung und Agoraphobie	65
4	Suchterkrankungen	31	6.1	Jochen Gensichen, Tobias Teismann und Jürgen Margraf	
	Clara Berkenhoff, Anil Batra, Andreas Jähne und Martin Scherer	32	6.2	Einleitung	66
4.1	Einleitung	32	6.3	Klinische Merkmale der Panikstörung und Agoraphobie	66
4.2	Hausärztliche Aspekte bei Alkoholkonsum	32	6.3.1	Differenzialdiagnostik	66
4.3	Klinische Merkmale der Suchterkrankungen	33	6.4	Panik-Screening in der Hausarztpraxis	67
4.4	Differenzialdiagnostik	33	6.5	Behandlungsoptionen	68
4.5	Behandlungsoptionen	34	6.5.1	Behandlungsbeispiel	68
4.6	Motivational Interviewing (MI)	35	6.5.2	Gestaltung der Arzttermine	69
4.6.1	Welche Bedeutung hat MI im ärztlichen Alltag?	35		Arzttermin 1 – Aufklärungsgespräch	69
4.6.2	Ziel des MI	36			

XIV Inhaltsverzeichnis

6.5.3	Arzttermin 2 – „Körperübungen“ (interozeptive Exposition)	72	8.3	Behandlung einer PTBS	95
6.5.4	Arzttermin 3 – „Situationsübungen“ (situative Exposition)	73	8.4	Hausärztliche Narrative Expositionstherapie (NET-PC) am Beispiel der PTBS-Behandlung nach Intensivstation	95
6.5.5	Arzttermin 4 – Lernerfolge besprechen, Rückfallsicherung	75	8.4.1	1. Sitzung: „Psychoedukation“	96
6.5.6	Gestaltung der MFA-Termine	76	8.4.2	2. Sitzung: „Lifeline“	96
			8.4.3	3. Sitzung: „Exposition“	96
			8.4.4	Sicherer Abschluss der Exposition	99
			8.4.5	Unterstützung im Praxisteam	99
7	Chronische Schmerzerkrankungen	79	9	Schlafstörungen – Insomnien	101
	Ronald Burian, Ruben Berger und Vittoria Braun			Dieter Riemann und Antje Bergmann	
7.1	Einleitung	80	9.1	Einleitung	102
7.2	Klinische Merkmale chronischer Schmerzerkrankungen	80	9.2	Klinische Merkmale der Insomnie	102
7.3	Differenzialdiagnose	81	9.3	Diagnostik bei Insomnien	104
7.4	Behandlungsoptionen	81	9.3.1	Diagnostik und Differenzialdiagnostik	104
7.4.1	Körperbezogene Verfahren	81	9.4	Behandlungsoptionen	105
7.4.2	Medikamentöse Behandlung	81	9.4.1	Psychoedukation/Regeln für einen gesunden Schlaf	106
7.4.3	Psychologische und soziale Interventionen	82	9.4.2	Entspannungsverfahren	107
7.4.4	FACT: Die Grundprinzipien der ACT in die eigene ärztliche Haltung integrieren	82	9.4.3	Stimuluskontrolle	107
7.4.5	Grundlagen der ACT: Schmerzakzeptanz, psychische Flexibilität und die sechs Kernprozesse	83	9.4.4	Schlafrestriktion	107
7.4.6	Nutzung von Metaphern und Erlebensübungen	84	9.4.5	Kognitive Techniken	108
7.5	Behandlungsbeispiel	84	10	ADHS im Erwachsenenalter	111
7.5.1	Vorgeschichte	85		Cora Ballmann, Maria Steffens, Mathias Berger, Alexandra Philipsen und Jochen Gensichen	
7.5.2	Gestaltung der Arzttermine	85	10.1	Einleitung	112
7.5.3	Schritt 1: Validierung der Schmerzerfahrung und diagnostische Klärung	85	10.1.1	Klinische Merkmale von ADHS bei Erwachsenen	112
7.5.4	Schritt 2: Strukturierung der Behandlung	85	10.1.2	ADHS-Screening in der Hausarztpraxis	112
7.5.5	Schritt 3: Vermittlung eines Störungsmodells und Festlegen eines Behandlungsplans	86	10.1.3	Differenzialdiagnostik	113
7.5.6	Schritt 4: Motivation zur Schmerzakzeptanz	87	10.2	Behandlungsmaßnahmen	113
7.5.7	Schritt 5: Ressourcenorientierte Verhaltensaktivierung anhand der Werte der PatientIn	88	10.3	Hausärztliche Behandlung	113
7.5.8	Verlauf	88	10.3.1	Arzttermin 1 – Psychoedukation und Aktivierung innerer Ressourcen	114
8	Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)	91	10.3.2	Arzttermin 2 – Ressourcen und Zeitplanung	116
	Jochen Gensichen, Konrad Schmidt, Maggie Schauer und Thomas Elbert		10.3.3	Arzttermin 3 – Achtsamkeit und Organisation	119
8.1	Einleitung	92	10.3.4	Arzttermin 4a) – Lösen von „aufwendigen“ Aufgaben	121
8.1.1	Entstehung einer PTBS	92	10.3.5	Arzttermin 4b) – Stimmungsregulation und Impulskontrolle	123
8.2	Klinische Merkmale der PTBS	93	Register		125