



© Viktor Kuryan - Fotolia.com

Angst

aus psychoenergetischer Sicht

Angsterkrankungen kommen in der täglichen Allgemeinpraxis relativ häufig vor. Man schätzt, dass mehr als 5 % aller Patienten im Lauf ihres Lebens mit Angsterkrankungen zu tun haben. Oft ist das ein vorübergehender Zustand, z. B. bei einer überstarken Prüfungsangst. Viele Patienten haben aber auch ständig mit übergroßen Ängsten zu tun, etwa in Form von Panikattacken, Sozialangst und Klaustrophobie. Normalerweise sind derartige Ängste bei einer gründlichen Befragung leicht zu erkennen. Deutlich schwieriger wird es bei der generalisierten Angststörung, die sich hinter unklaren Beschwerden wie Unruhe, Erschöpfung und Unbehagen (Schmerzen) verbergen kann. Oft gelingt die richtige Diagnose hier nur dem Fachmann, aber auch das scheint nicht immer der Fall zu sein. Denkt man an die große Gruppe der Schmerzpatienten, werden derartige Ausprägungen von Angst in der Praxis oft übersehen und daher nicht oder falsch behandelt. Häufig werden meiner Erfahrung nach auch bestimmte ungewöhnliche Formen der Angsterkrankung übersehen, über die ich im Folgenden ebenfalls berichten möchte.

Übliche Diagnose der Angst Angsterkrankungen sind in der Praxis bekanntlich üblicherweise Ausschlussdiagnosen, wenn

andere organischen und psychiatrisch-neurologischen Krankheiten ausgeschlossen worden sind. Schon das führt nicht selten zu einem langen Krankheitsverlauf oder dazu, dass Angsterkrankungen im Lauf der Diagnose übersehen werden. Angsterkrankungen zeigen bestimmte Charakteristika, vor allem die Unfähigkeit, mit den eigenen Ängsten und Befürchtungen angemessen umzugehen, sodass sie etwas Lebensbeherrschendes bekommen. Nicht selten stehen aber zum Zeitpunkt der Diagnosestellung nicht mehr die ursprünglich auslösenden Ängste im Vordergrund, sondern Folgereaktionen in Form von Verkrampfung, Unruhe, Schmerzen, depressiven Verstimmungen und vegetativen Störungen. Oft ist irgendwann auch die Eigetherapie der Angst das eigentlich Dominierende, etwa bei Alkoholismus, Drogen- und Psychopharmaka-Missbrauch. In derartigen Fällen ist es dann verständlicherweise oft recht schwierig, die richtige Diagnose zu stellen.

Diagnose der Angst aus psychoenergetischer Sicht In meiner Praxis benutze ich ein energetisches Diagnoseverfahren, die Psychosomatische Energetik (PSE). Angsterkrankungen sind hierbei durch bestimmte Charakteristika definiert:

- Meist zeigen sich niedrige Vital- und/oder Emotionalwerte (unter 40-50 %, normal wäre 100 %);
- typische Konflikte mit den Themen Angst, Unruhe und Anspannung sprechen an (häufig die Emotionalmittel Nr. 5-7, 15, 16, 18, 21-24);
- Anxiovita® als Spezifikum für Angsterkrankungen spricht an;
- im Medikamententest bringt Anxiovita® die Vital- und Emotionalwerte auf normale Werte von 100 %.

Der oben geschilderte Test spricht zuverlässig bei den üblichen Angsterkrankungen an, aber nicht nur bei diesen. Über bestimmte ungewöhnliche Formen der Angsterkrankung, die in der naturheilkundlichen Praxis jedoch recht häufig vorkommen, möchte ich im Folgenden anhand einiger Fallbeschreibungen berichten. Da die korrekte Diagnose bekanntlich die Grundlage einer erfolgreichen Therapie darstellt, ist die korrekte Zuordnung einer Störung begrifflicher Weise sehr wichtig. Eine andere Vorgehensweise erscheint vor diesem Hintergrund streng genommen als Scheinlösung. Doch selbst wenn man unterstellt, dass es in der Praxis viele Wege nach Rom gibt,

(denkt man an die vegetative Spannungslösung), erscheint es insbesondere bei den häufigen versteckten Angststörungen wichtig, dass sich der Patient die zugrundeliegenden Ängste erstmals bewusst macht. Angst gewinnt seine Psychodynamik bekanntlich vor allem dadurch, dass sie oft etwas Sprachloses und daher wenig Greifbares hat. Benennt man aber die Angst, ist oft schon ein wichtiger Schritt hin zur Gesundheit getan.

Ungewöhnliche Formen der Angsterkrankung Selbst wenn Patienten nicht auf Antrieb von ihren Ängsten erzählen, bewahrt sie die Verdachtsdiagnose, die ich aufgrund des psychoenergetischen Tests stelle, oft bei einer anschließenden Besprechung. Nicht selten sind übertriebene Ängste nämlich symptomatisch maskiert, etwa indem sie gesellschaftlich allgemein akzeptiert sind. Frage ich z. B. eine Patientin mit chronischem Erschöpfungssyndrom nach meinem Test, ob sie an zu großen Ängsten leidet, berichtet sie, Ängste habe sie nicht. Sie müsse sich aber ständig über ihre Kinder Sorgen machen, könne deswegen oft an nichts anderes denken oder nachts nur schwer einschlafen. Die Angsterkrankung tarnt sich in diesem Fall hinter einer übergroßen Mutterliebe, sodass die ständigen Befürchtungen um das Wohl der Kinder vermutlich nichts anderes als Ausdruck einer Angsterkrankung sind.

Im Lauf der Zeit stellte sich heraus, dass viele Patienten mit chronischem Erschöpfungssyndrom, ausgeprägten vegetativen Dysfunktionen wie Reizdarm, Schwitzen, Herzrhythmusstörungen usw. und solche mit chronischen Schmerzen laut dem psychoenergetischen Test ebenfalls eine Angsterkrankung haben. Wenn ich solche Patienten anschließend genauer nach Ängsten befrage, berichten sie meist von allgemeinen Befürchtungen, die



Anwendung der Psychosomatischen Energetik bei einem Kind – kinesiologischer Armlängentest mit dem Reba®-Testgerät

gesellschaftlich akzeptiert sind, kaum aber von spezifischen Ängsten. Die Patienten spüren ein Gefühl des ständigen Getriebenseins und der Anspannung, auch der Schmerzen und des allgemeinen Unwohlseins, wogegen die zugrundeliegenden Ängste oft verdrängt und nicht mehr wahrgenommen werden. Fragt man aber genauer nach, wird auch hier oft von übertriebenen Befürchtungen und Sorgen berichtet (wie im aufgeführten Beispiel der ängstlichen Mutter, die sich über ihre längst erwachsenen Kinder ständig sorgt, ohne dass es dafür einen konkreten Anlass gibt).

Einen typischen Fall möchte ich berichten: Frau S., eine alleinlebende 48-jährige Sekretärin, leidet seit Jahren an chronischer Erschöpfung mit vegetativen Beschwerden in Form von Reizdarm und Schwindel. Psychopharmaka will sie nicht nehmen und helfen auch nicht richtig, eine Kur in einer psychosomatischen Klinik habe keine Besserung gebracht. Bei der psychoenergetischen Testung niedrige Vitalwerte von 30 % und Emotionalwerte von 20 %, das sechste Chakra spricht an mit dem Konflikt „Unruhe“, Anxiovita® testet positiv. Sie Sorge sich oft um ihren Arbeitsplatz und könne allgemein schlecht abschalten. Nach viermonatiger Therapie mit den homöopathischen Komplexmitteln Chavita 6, Emvita 22 und Anxiovita fühlt sie sich wesentlich besser, hat mehr Vitalität, unternimmt jetzt abends etwas von sich aus, weil sie nicht mehr so erschöpft aus dem Büro kommt. Laut ihren Kollegen kann sie sich besser durchsetzen, hat jetzt keine Ängste mehr um ihren Arbeitsplatz.

Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen (ADS), Lernstörungen und schwachem Selbstbewusstsein leiden oft ebenfalls an einer Angsterkrankung, wie der nachfolgende Fall zeigt: Die zwölfjährige Sara wirkt deutlich jünger als es ihrem Alter entspricht. Laut der Mutter besteht seit dem 2. Schuljahr eine Rechtschreibschwäche, sie könne sich nicht konzentrieren und verdrehe Wörter, klage auch oft über Kopfweh. Auffällig sei auch eine übergroße Schüchternheit in der Öffentlichkeit, während sie zuhause ganz normal sei. Eine Therapie bei der Schulpsychologin habe nichts geändert. Im psychoenergetischen Test fallen sehr niedrige Emotionalwerte von 30 % auf. Der Konflikt „hastig“ im fünften Chakra spricht an, dazu Anxiovita®. Beim Gespräch äußert sie, große Angst vor Prüfungen zu haben, was anscheinend vorher nicht bekannt war, die Mutter zeigte sich verwundert. Verordnung

von Chavita 5, Emvita 18 und initial Anxiovita®. Bei der Kontrolluntersuchung ein halbes Jahr später berichtet die Mutter, Sara sei deutlich selbstbewusster, die Noten seien besser und das Kopfweh sei nicht mehr aufgetreten.

Fazit Angst wirkt psychoenergetisch lähmend und erschöpft auf Dauer, schwächt das Selbstbewusstsein und die Fähigkeit, längere Zeit geistig konzentriert und in seiner Mitte zu sein. Angst hat auch einen großen vegetativen Störeffekt und erhöht dazu offenbar die Schmerzschwelle. Angst wirkt als ein großer Energieräuber und boykottiert im Hintergrund meist erfolgreich alle Versuche, aus eigener Kraft wieder auf die Füße zu kommen und sich zu regenerieren.

Die psychoenergetische Testung zeigt, dass Angsterkrankungen in der Praxis wesentlich häufiger vorkommen als allgemein bekannt. Insbesondere bei Problempatienten mit schwer therapierbaren Störungen wie chronisch-vegetativer Erschöpfung und Schmerzzuständen findet sich oft eine versteckte Angsterkrankung. Das Gleiche gilt für Kinder und Jugendliche mit Lern- und Verhaltensstörungen. Das durch die psychoenergetische Testung angelegte Gespräch scheint oft wie eine Kurz-Psychotherapie zu wirken und eine deutliche entlastende Funktion zu haben. Ebenso wirkt die Auflösung der zugrundeliegenden seelischen Konflikte mit homöopathischen Komplexen (Emotionalmittel) oft sehr hilfreich. Nach den bisher gemachten Erfahrungen an vielen Hunderten von Patienten scheint der Erfolg anhaltend zu sein.



Dr. med. Reimar Banis
 Arzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren
 info@rubimed.com

Literaturhinweise

Reimar Banis, Lehrbuch der Psychosomatischen Energetik. VAK Vlg. Kirchzarten, 2003

B. Holschuh-Lorang, Praxisstudie Psychosomatische Energetik

Schweizerische Zeitschrift für Ganzheitsmedizin Nr. 7/8, November 2006

Theo R. Payk, Checkliste Psychiatrie und Psychotherapie. Thieme, Stuttgart u. a., 1998