

# Angststörung



Bild: Fotolia

Gut, dass es die Angst gibt. Als biologisches Warnsystem dient sie primär dem Überleben. Das Angsterleben ist ein körpernaher Gefühlszustand. Das Gefühl geht meist mit psychischen Symptomen wie Hoffnungslosigkeit, Missstimmung, psychischem Unwohlsein aber auch Ärger und Wut einher. Als „natürliche“ Begleitreaktion kann es zu Herzklopfen, Zittern, Mundtrockenheit, Atembeschwerden, Beklemmungsgefühl, Brustschmerz, Unruhegefühl im Magen, Übelkeit, Durchfall, Unsicherheit, Schwindelgefühl, Benommenheit, Schwächegefühl, Gefühllosigkeit, Schweißausbruch, Hitzewallung oder Kälteschauer kommen. Auch Stimmklang und Mimik können verändert sein.

Es besteht ein fließender Übergang zwischen dem angeborenen Reaktionsmuster, das einen Überlebensvorteil bietet und pathologischer Angst, die eine übertriebene, unrealistische und grundlose Reaktion darstellt. Häufig treten Ängste in bestimmten Situationen auf und begrenzen durch das typische Vermeidungsverhalten den Handlungsspielraum der Betroffenen massiv. Infolge der häufig im Vordergrund stehenden körperlichen Beschwerden suchen Menschen meist Hilfe ausschließlich in der Körpermedizin.

Aus psychodynamischer Sicht ist Angst nicht gleich Angst, sondern von der Ich-Struktur abhängig. Erst nach Klärung der individuellen Krankheitsdynamik ist eine Therapieempfehlung möglich.

**Dr. med. univ. Evelyn Endl**  
**Praxis für Psychotherapeutische Medizin · Ärztin für Allgemeinmedizin**

6330 Kufstein · Oskar-Pirlo-Strasse 15

Tel. +43 681 2036 2047

Email: [info@praxis-endl.at](mailto:info@praxis-endl.at) · Web: [www.praxis-endl.at](http://www.praxis-endl.at)