MEDIAN

Klinik Münchwies

PsychoSomatik:

Körperliche Komorbidität bei Pathologischem PC-/Internet-Gebrauch unter besonderer Betrachtung der Adipositas

+

ausgewählte therapeutische Techniken in der stationären Reha

Holger Feindel

Berlin

15.11.2018

MEDIAN

Klinik Münchwies

PsychoSomatik:

Körperliche Komorbidität bei Pathologischem PC-/Internet-Gebrauch unter besonderer Betrachtung der Adipositas

Holger Feindel

Berlin

15.11.2018

Störungen im Grenzbereich – suchtnahe Verhaltensstörungen

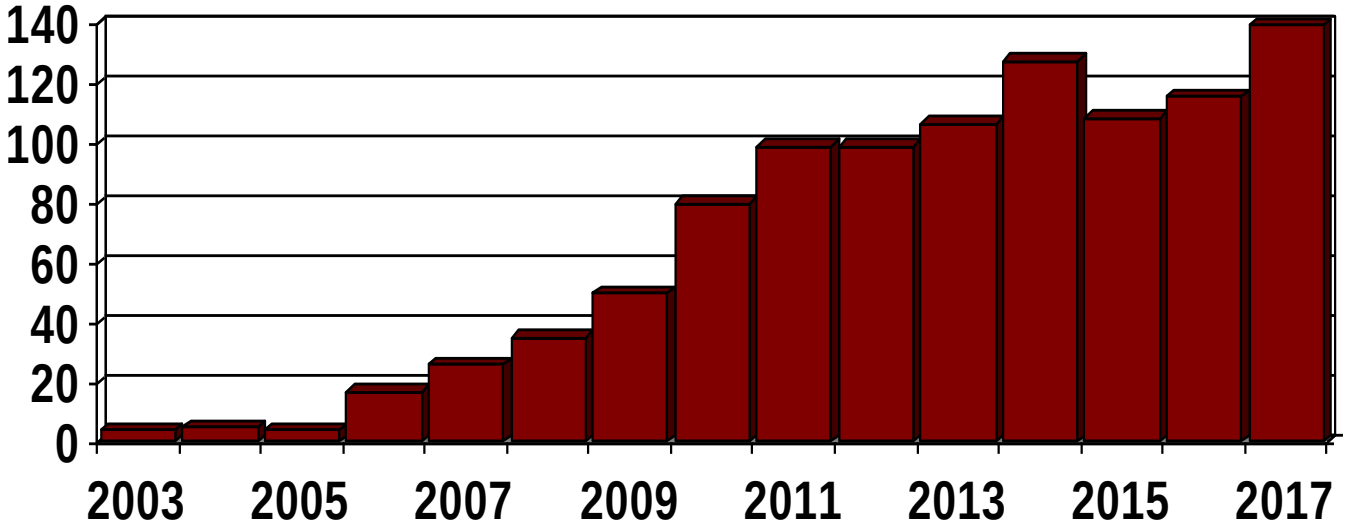
Fachklinik Münchwies

Abteilung für Abhängigkeits-erkrankungen

Abteilung für psychische und psychosomatische Erkrankungen

Fallzahlen

Stationäre Rehabilitationsmaßnahmen in der Klinik Münchwies mit Entlassungsdiagnose F68.8



Erscheinungsformen

Gaming

Computerspiele: Mehrpersonen-Online-Rollenspiele, Ego-Shooter-Spiele, Browserspiele Offlinespiele

Chatting

(…?..☺..)

Soziale Netzwerke „Facebook“

Surfing

Zielloses Sammeln von Informationen, Musik-dateien, Filmen, Bildern

Streaming „Binge Watching“

Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch
gaming - chatting - surfing - streaming

Am häufigsten: Gaming

Stationäre Reha-Behandlung
Männer : Frauen
9 : 1

FVS Basisdokumentation 2015
Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch

Tabelle 2: Alters- und Geschlechtsverteilung der Patienten

Altersverteilung	Männer		Frauen		Gesamt	
	N	%	N	%	N	%
bis 20 Jahre	44	23,5%	2	14,3%	46	22,9%
21 bis 30 Jahre	91	48,7%	5	35,7%	96	47,8%
31 bis 40 Jahre	29	15,5%	3	21,4%	32	15,9%
41 bis 50 Jahre	14	7,5%	3	21,4%	17	8,5%
über 50 Jahre	9	4,8%	1	7,1%	10	5,0%
Zusammen (% der Gesamtzahl)	187	93,0%	14	7,0%	201	100%
Altersmittelwert	MW	SD	MW	SD	MW	SD
	27,8	**9,8**	**33,5**	**13,9**	**28,2**	**10,1**

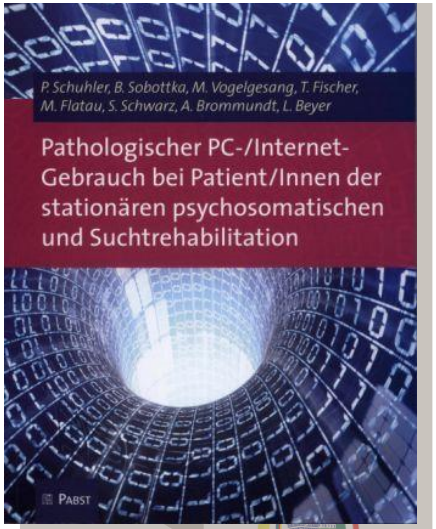
Basisdokumentation 2015 – Sonderauswertung Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch

Feindel, H., Wagner, A., Herder, F., Bachmeier, R., Kemmann, D., Kersting, S., Kreutler, A., Lange, N., Medenwaldt, J., Missel, P., Premper, V., Schneider, B., Strie, M., Verstege, R., Weissinger, V., Vogelgesang, M.

Komorbidität

Ausmaß der psychischen und somatischen Komorbidität

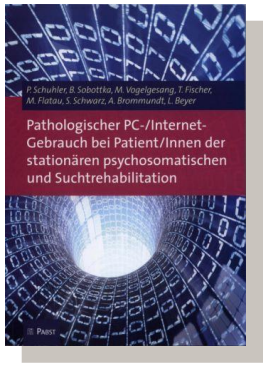
Diagnosegruppe	PC N = 100	Glücksspielen N = 100	Abhängigkeit N = 97	And. psych.Strg. N = 98
Psychische Störungen	3,12	3,20	2,94	2,84
Somatische Störungen	1,42	1,79	2,03	2.21
Diagnosen Gesamt	4,54	4,99	4,97	5,05



Komorbidität

Gruppe PC: Psychische Komorbidität

ICD-10	Diagnosekategorie	Anzahl
F 10.1	Alkoholmissbrauch	5
F 10.2	Alkoholabhängigkeit	7
F 12.1	Cannabismissbrauch	1
F 12.2	Cannabisabhängigkeit	8
F 15.1	Stimulanzienmissbrauch	1
F 17.2	Tabakabhängigkeit	52
F 19.1	Missbrauch (multiple Substanzen)	3
F 19.2	Abhängigkeit (multiple Substanzen)	7
F 32-34	Depression	57
F 40.1	Soziale Phobie	15
F 40-41	Phobien und Angststörungen (ohne F40.1)	2
F 43.1	Posttraumatische Belastungsstörung	4
F 50	Essstörung	10
F 60-61	Persönlichkeitsstörung	28
F 63.0	Pathologisches Glücksspielen	7
F 63.8	Sonst. Störung der Impulskontrolle	1
F 90	ADHS	4



Somatische Komorbidität

Somatische Diagnosen	ICD-10	Männer		Frauen		Gesamt	
		N	% Pat.	N	% Pat.	N	% Pat.
Bestimmte infektiöse und parasitäre Krankheiten	A00 - B99	4	2,0%	0	0	4	1,8%
Neubildungen	C00 - D48	1	0,5%	0	0	1	0,4%
Krankheiten des Blutes und der blutbildenden Organe sowie bestimmte Störungen mit Beteiligung des Immunsystems	D50 –D89	0	0	3	12,5%	3	1,3%
Endokrine, Ernährungs- und Stoffwechsel-krankheiten	E00 - E90	125	62,5%	18	75,0%	143	63,8%

Tabelle 11 zeigt die Verteilung der somatischen Entlassungsdiagnosen. 63,8% der Patienten hatten Diagnosen aus dem Bereich der ‚endokrinen, Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten' (E00-E90), wobei ***hier Adipositas (E66) bei einem Drittel aller untersuchten Patienten (33,5%) diagnostiziert wurde***, gefolgt von der Gruppe der ‚Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems und des Bindegewebes' (M00-M99) mit 25,0% und den ‚Krankheiten des Kreislaufsystems' (I00-I99) mit 17,9%.

Feindel, H., Wagner, A., Herder, F., Bachmeier, R., Kemmann, D., Kersting, S., Kreutler, A., Lange, N., Medenwaldt, J., Missel, P., Premper, V., Schneider, B., Strie, M., Verstege, R., Weissinger, V., Vogelgesang, M.

Basisdokumentation 2016 –
Sonderauswertung Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch

Video

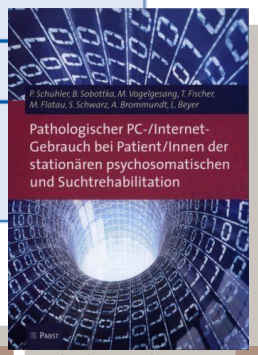
- Herr M
- 31 J
- F68.8, F33.0, E66.02, K76
- BMI 42,21

Komorbidität

Gruppe PC: Somatische Komorbidität

ICD-10	Krankheiten	Anzahl	Prozent
C 00-97	Bösartige Neubildungen	1	0,7
D 50-90	Krankheiten des Blutes	7	4,9
E 00-90	Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten	62	43,7
G 00-99	Krankheiten des Nervensystems	6	4,2
H 60-95	Krankheiten der Ohren	4	2,8
I 00-99	Krankheiten des Kreislaufsystems	4	2,8
J 00-99	Krankheiten des Atmungssystems	6	4,2
K 00-93	Krankheiten des Verdauungssystems	5	3,5
L 00-99	Hautkrankheiten	2	1,4
M 00-99	Krankheiten des Muskel-Skelett-Systems	39	27,5
Q 00-99	Angeborene Fehlbildungen	1	0,7
R 00-99	Symptome und abnorme klinische Befunde	3	2,1
S 00-T98	Verletzungen	2	1,4
	Alle somatischen Nebendiagnosen	142	100

Anmerkungen: Anzahl = Anzahl der Nebendiagnosen



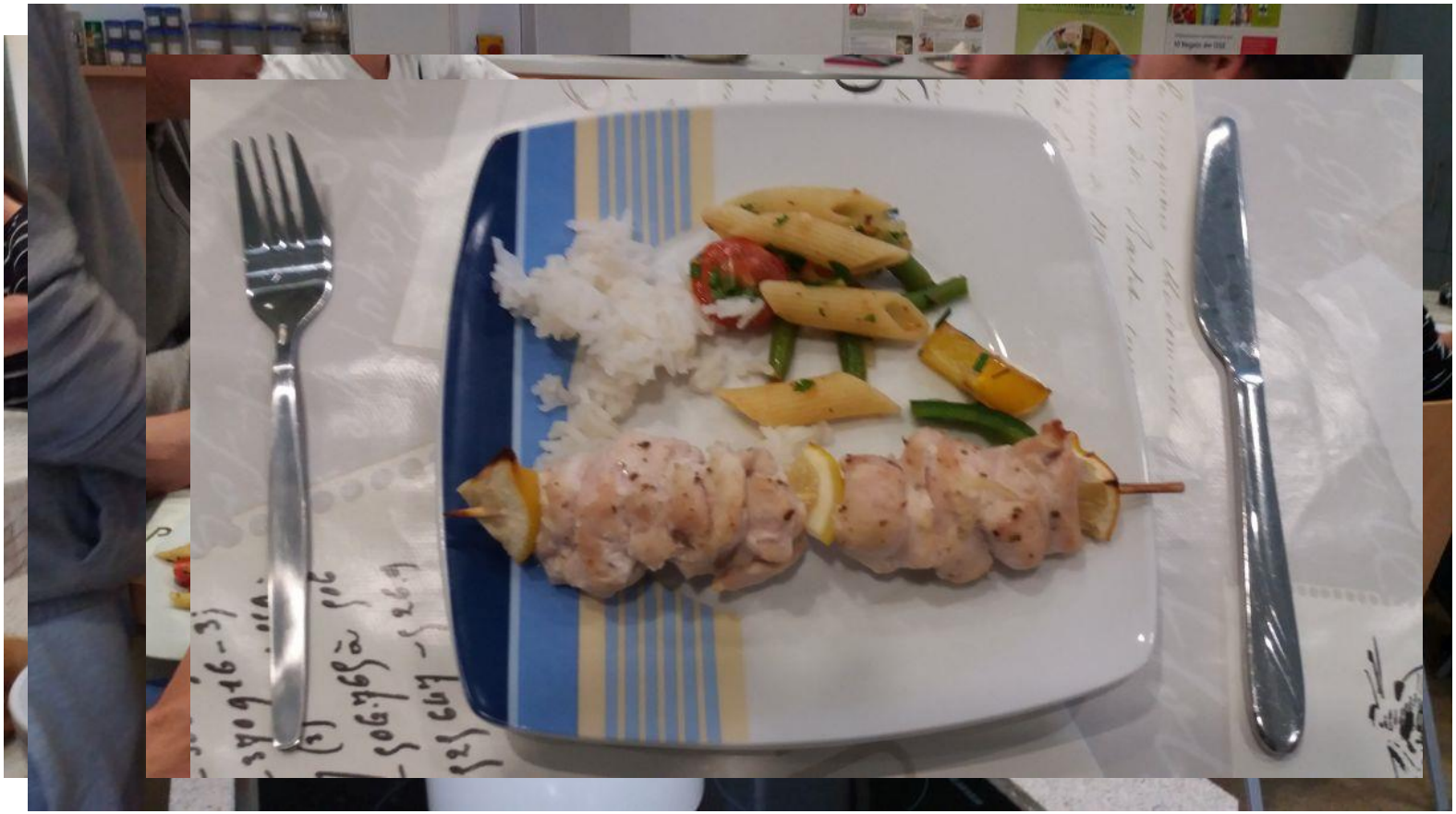
Negative körperliche Folgen

- Rückenschmerzen, Kopfschmerzen
- Unzureichende / ungesunde Ernährung mit Abmagerung oder Adipositas
- Fettstoffwechselstörungen, Hyperurikämie
- Körperliche / hygienische Vernachlässigung / Verwahrlosung
- Schmerzen in den Handgelenken
- Sehnenscheidenentzündungen
- Schwielen an den Handballen
- Schlafmangel, Störung des Tag-Nacht-Rhythmus
- Konzentrationsprobleme

Adipositasspezifische Therapie

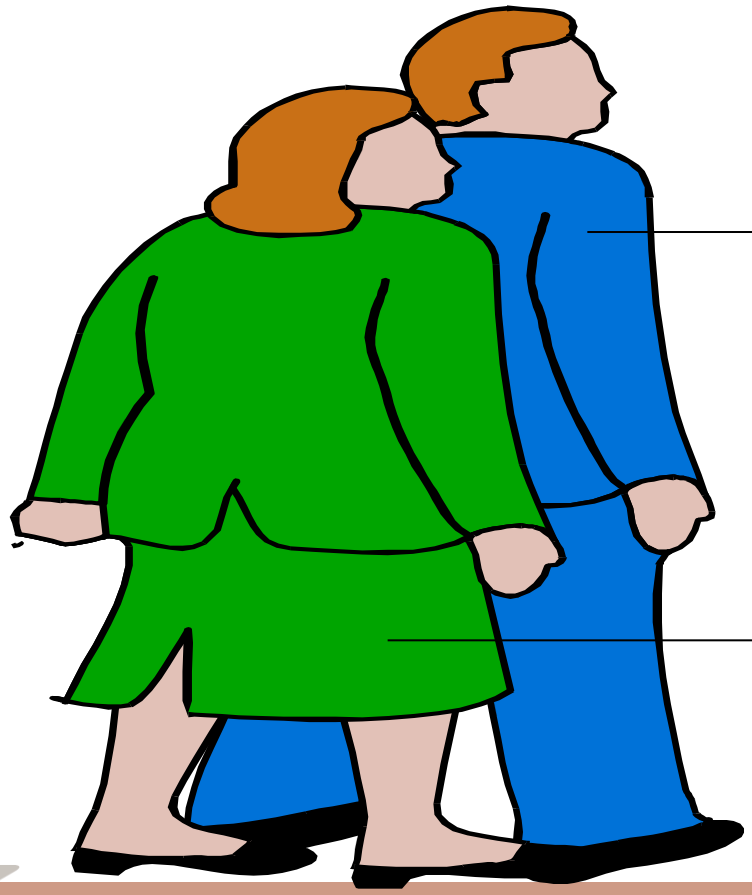
- Ernährungsberatung
- Sport- und Bewegungstherapie
- Gewichtsreduktionsgruppe
- Adipositasgruppe
- Lehrküche!!!

Lehrküche



Stichprobenbeschreibung

N = 95 Patienten / Entlassungsjahr 2010



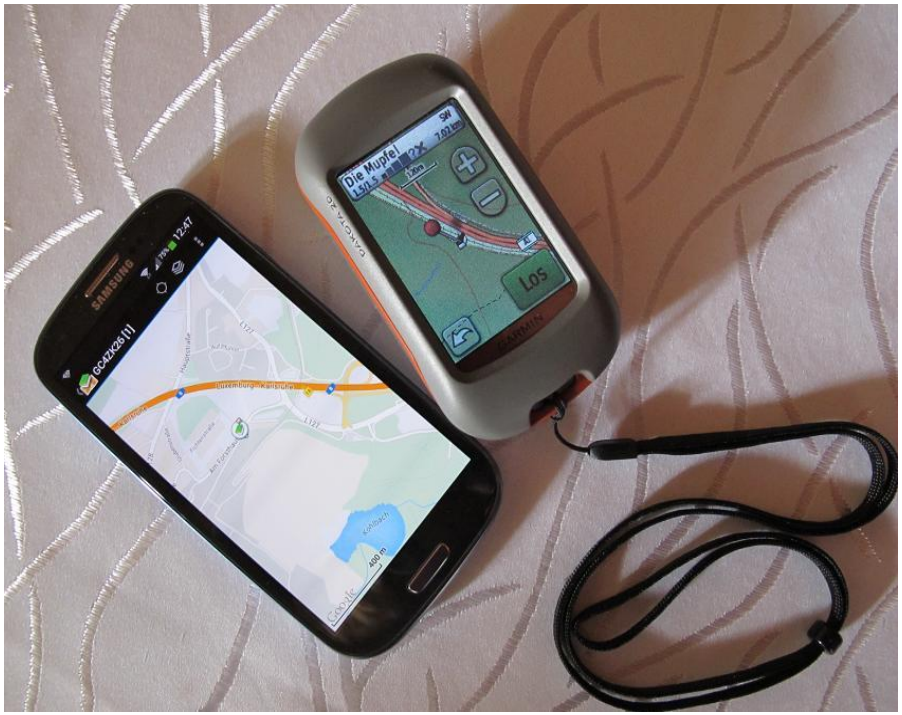
N = 48 Männer
Alter MW = 39,0 Jahre
Behandlungsdauer = 68,3 Tg
$BMI_{Aufnahme}$ MW = 43,7

N = 47 Frauen
Alter MW = 40,2 Jahre
Behandlungsdauer = 63,0 Tg
$BMI_{Aufnahme}$ MW = 43,2

Gewichtsabnahme pro Behandlungswoche
- nach ausgewählten Diagnosen -

Alle Patienten	*825,0 g*	*629,2 g*	*985,4 g*
F 32-F 33 Depressiver Formenkreis (N=54)	608,5 g	501,2 g	724,0 g
F 431 PTBS (N=10)	274,8 g	249,8 g	375,0 g
F 630 Pathologisches Glücksspiel (N=14)	537,7 g	81,1 g	791,4 g
F 688 Pathologischer PC-/Internetgebrauch (N=15)	1236,8 g	1020,8 g	1270,1 g

… ein Beispiel…



Geocaching vereint

- Bewegung → von Patienten oft vernachlässigt
- Naturerlebnis → den Patienten häufig fremd
- Abenteuerlust → bringen die Patienten mit
- Interesse an Technik → bringen die Patienten mit

Idee: Mit Hilfe der Abenteuerlust und des Interesses an Technik die Patienten packen und ihnen so Bewegung und Naturerlebnis näher bringen.

Pathologischer PC/Internet-Gebrauch

Michael, 28, Dark Age of Camelot und WoW, kommt nachdem er an einem sonnigen Frühsommertag einen ausgedehnten Spaziergang im Wald gemacht hat mit strahlenden Augen und folgenden Worten ins Einzelgespräch:

„Scheißgeile Graphik, dieses real life!“

MEDIAN

Klinik Münchwies

ausgewählte therapeutische Techniken in der stationären Reha

Holger Feindel

Berlin

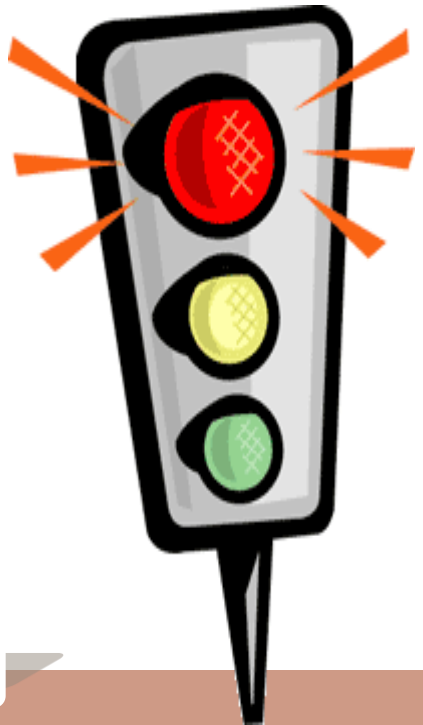
15.11.2018

Veränderungsmotivation

Konsequenzen

Verhalten	kurzfristig	langfristig
Path. PC-Gebrauch Online/Offline spielen, chatten, surfen	positive Aspekte/Wirkungen des PC-Gebrauchs	negative Folgen des PC-Gebrauchs
Abstinenz funktionaler PC-Gebrauch	neg. Ergebnisse eines veränderten PC-Gebrauchs (was wird fehlen?)	pos. Entwicklung bei künftiger Abstinenz funktionaler Gebrauch

funktionaler PC-Gebrauch: Ampelmodell



keinesfalls auszuübende Aktivitäten

riskante Aktivitäten

unbedenkliche Aktivitäten

Zielerklärung (Ampelmodell)

Name: _____ Datum: _____

Sie finden in der Folge einige beispielhafte Vorgaben zur Einstellung bzw. Einschränkung Ihrer Online-Aktivitäten.
Bitte machen Sie für alle drei Zielbereiche konkrete Angaben, wie Sie nach Abschluss der Behandlung mit dem PC/Internet umgehen wollen.

1. **Tabu (rot):** Aktivitäten, die so problematisch sind, dass ein völliger Verzicht notwendig ist (Games, spezielle Chatrooms, berufsfremde Websites):

   Vereinbarungen:

2. **Vorsicht (gelb):** Aktivitäten, bei denen zur Vorsicht Einschränkungen getroffen werden müssen (Online-Aktivitäten zuhause, allein, längerdauernd):

   Vereinbarungen:

3. **Okay (grün):** PC-Nutzungen, die unbedenklich sind (berufliche Nutzung, definierte Email-Korrespondenz, Buchungen, Banking):

Konkrete Maßnahmen zur Umsetzung der Ziele

Was genau nehme ich mir vor? Wie genau will ich dieses Ziel im Alltag umsetzen? Was könnte mir dabei helfen, was hinderlich sein? Gehört zu meiner Zielplanung auch der Kontakt zu einer Beratungsstelle?

funktionaler PC-Gebrauch

„ Der Beginn bei World of Warcraft war für mich wie eine Geburt. Wenn ich meine Chars jetzt löschen muss, dann ist das für mich wie ein Tod!“

Tobias, 23, vorwiegend WOW

Emailnachbetreuung

„PS: Die Helden von Azerroth sind tapfer im Kampf gefallen und sind jetzt in Walhalla bei ihren Ahnen - irgend wann müssen alle (Helden) das zeitliche segnen ....

ich fühle mich unheimlich erleichtert, 150 Tage Spielzeit mit 5 Chars level ich nicht mal eben schnell hoch .... Die Bestätigung der Accountlöschung kam erst nach 4 Wochen !!!

Pünktlich zum 1. März ;-)“

Absender: _____ Münchwies, _____
Vorname und Name

_____
Straße und Hausnummer

_____
Postleitzahl und Ort

Blizzard Entertainment Europe
Account support
145, Rue Yves Le Coz
F – 78000 Versailles
FRANCE

Löschen eines Account

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit bitte ich Sie, den Battle.net-Account mit dem Namen: _____ komplett und endgültig zu löschen.

Im Account registrierter Name: _____

Vollständige Adresse: _____

_____

Geheimfrage des Battle.net-Accounts mit richtiger Antwort: _____

Mit freundlichen Grüßen

Emailnachbetreung

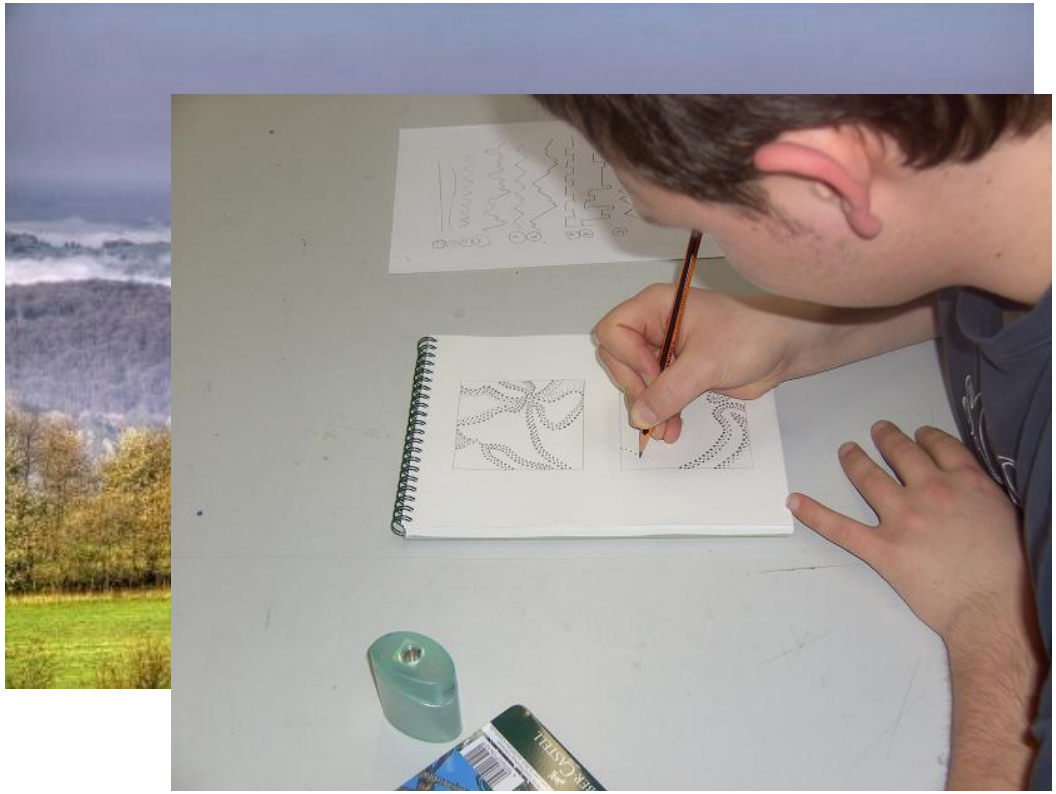
„Am Freitag werde ich mit meiner Freundin meine Tastatur zerstören, da freu ich mich schon sehr drauf und gerade ist mir aufgefallen, das ich auf dem Laptop von dem ich jetzt auch schreibe, auch WoW drauf hatte. Ich habe es direkt gelöscht!“

Abschiedsrituale

- Verkaufen des Accounts – Tattoos
- Verbrennen einer Zeichnung des Chars
- Löschen des Gamerscores – Konsole
- Verkauf der Konsole und Spiele - Fahrrad

Ressourcenorientierung

„die reale Welt wieder mit positiver Bedeutung aufladen“



Ressourcenaktivierung

Ich schreibe mir mindestens 5 verschiedene Dinge auf, die mir Freude machen, die nichts kosten und nichts mit dem PC zu tun haben.

Ich schreibe mir mindestens 5 verschiedene Dinge auf, die mir Freude machen, nur sehr wenig kosten und nichts mit dem PC zu tun haben.

Welche der genannten Dinge möchte ich in den nächsten zwei Wochen auf jeden Fall machen oder ausprobieren?

Was ist für mich und was bedeutet für mich Lebensenergie – außerhalb der PC-Welt?

Aus welchen Lebensbereichen bekomme ich die meiste Lebensenergie?

Dichotome Störung
intrapsychischer und interaktiver Funktionen

Wo ich ganz bei der Sache bin?
(Handlungsmotivation)

Schaffensrausch:
Ich bin Weltspitze

Null Bock: es ist schwer, die Konsequenzen des eigenen Handelns abzusehen, unheilvolle Konstellationen zu erkennen oder die Chancen zu sehen, das eigene Verhalten zu ändern, „Biss“ zu entwickeln, an einer Sache dran zu bleiben, Durchzuhalten

Dichotome Störung
intrapsychischer und interaktiver Funktionen

Wie sich der Mensch sieht - Selbstwertregulation

Das Ich wird **ideal** erlebt:
steht im Mittelpunkt,
Anerkennung, Kontrolle,
Macht, Erfolg, Attraktivität,
Liebe in PC und Internet

Das Ich wird **schwach** erlebt: an den Rand gedrängt,
unattraktiv, Ablehnung,
Hohn, Angst, Beschämung,
Misserfolg in der Realität

Dichotome Störung
intrapsychischer und interaktiver Funktionen

Mit viel Gefühl …

Freude, Glück, Stolz, Schaffensrausch, Wärme und Geborgenheit, konsequenzenarme Abfuhr aggressiver Regungen, Erleben von Zugehörigkeit zu einer Gruppe, munter und unternehmungs-lustig

Angst-, Leere- und Schamgefühle, Angst vor Aggressionen, konfliktscheu und isoliert, Lebens-Hemmung

Dichotome Störung
intrapsychischer und interaktiver Funktionen

Im Umgang mit anderen

soziale Kontakte können besser kontrolliert werden, sind steuerbarer, eindeutiger, machen weniger Angst

Große Hemmung im Kontakt mit anderen

Dichotomie

- Projektion aller positiven Aspekte in den virtuellen „Avatar“ bei gleichzeitiger Projektion aller negativen Aspekte in die reale Welt
- Im virtuellen Raum wird das Selbst idealisierend ausgestaltet und mit großer emotionaler Beteiligung positiv erlebt. Im scharfen Kontrast dazu wird das Selbst im realen Kontext abgewertet und vornehmlich negativ als schwach, erfolglos, ohne Einfluss und von anderen isoliert erlebt. Dadurch wird die Realität in der inneren Bewertung aversiv und bedrohlich.

Ressourcenorientierung

Übertragung der virtuellen Fähigkeiten in die reale Welt, z.B.:

- Teamfähigkeit
- Problemlösekompetenzen
- Führungsqualitäten („der Gildenleader wird zum Gruppensprecher“)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Holger.Feindel@median-kliniken.de