

Das Wort Psychose wird verwendet, um Zustände zu beschreiben, die durch eine vorübergehende Veränderung im Erleben der Realität gekennzeichnet sind. Das Denken, Wollen, Fühlen und Handeln sind eigenartig verändert. Eine Person, die solche Veränderungen erlebt, hat eine psychotische Episode.

Eine Psychose tritt meist im frühen Erwachsenenalter auf und ist weit verbreitet. Etwa 3 von 100 jungen Menschen erleben eine psychotische Episode. Ein beträchtlicher Teil von ihnen wird wieder völlig gesund. Fast alle betroffenen Personen genesen mit der richtigen Unterstützung, auch wenn einige später weitere psychotische Episoden erleben. Jeder Mensch kann eine Psychose bekommen. Eine Behandlung sowie auch eine vollständige Heilung sind möglich.

Was sind die Symptome?

Eine Psychose führt zu Veränderungen im Denken, Fühlen und Handeln. Um genauer zu verstehen was eine Psychose ist, werden hier die typischen Symptome einer Psychose – wie sie von aussen wahrgenommen werden – beschrieben.

Die Symptome sind bei jeder Person unterschiedlich und können sich im Verlauf verändern.

Denkstörungen: Alltägliche Gedanken geraten durcheinander oder sind für andere nicht nachvollziehbar. Das Gesagte erscheint häufig unklar oder es ergibt einfach keinen Sinn. Die Person hat Mühe, sich zu konzentrieren, einer Unterhaltung zu folgen oder sich an Dinge zu erinnern. Der Gedankengang kann sich beschleunigen, aber auch verlangsamen.

Falsche Überzeugungen: Während einer psychotischen Episode können vorübergehend falsche Überzeugungen auftreten, die als Wahnvorstellungen bezeichnet werden. Für die betroffenen Personen sind diese Überzeugungen Realität. Sie sind so überzeugt davon, dass keine logischen Argumente sie davon abbringen können. Zum Beispiel kann es vorkommen, dass jemand aufgrund der Art, wie die Autos vor dem Haus parkiert sind, überzeugt ist, die Polizei überwache ihn.

Halluzinationen: Während einer Psychose können die Betroffenen Dinge hören, sehen, riechen, spüren oder schmecken, die für andere Personen nicht erkennbar sind. Es ist möglich, dass sie Stimmen hören, die sonst niemand hören kann, oder Dinge können auch so riechen oder schmecken, als ob sie vergiftet wären.

Veränderte Gefühle: Die Gefühle können sich plötzlich und ohne ersichtlichen Grund verändern. Häufig treten Gefühlsschwankungen auf. Die Betroffenen können sich im einen Moment fremd und von der Welt abgetrennt fühlen, im anderen Moment wieder ungewöhnlich fröhlich.

Verändertes Verhalten: Menschen mit einer Psychose verhalten sich manchmal anders, als sie das normalerweise machen. Möglicherweise lachen sie unangebracht, sind extrem aktiv oder auch lethargisch, werden wütend und angespannt ohne ersichtlichen Grund. Häufig verändert sich das Verhalten aufgrund der zuvor beschriebenen Symptome. Zum Beispiel wird eine Person, die das Gefühl hat in Gefahr zu sein, die Polizei rufen. Es kann auch sein, dass die betroffene Person plötzlich nichts mehr isst, weil sie annimmt, das Essen sei vergiftet.

Was ist eine Erstpsychose?

Eine Erstpsychose oder erste psychotische Episode beschreibt das erste Erleben von psychotischen Symptomen im Leben eines Menschen. Die betroffenen Personen verstehen meist nicht, was mit ihnen passiert. Die Symptome sind aufwühlend, fremd und führen zu Angst, Verwirrung und Sorge.

Leider gibt es in unserer Gesellschaft nach wie vor negative Gerüchte und Vorurteile über Psychosen. Deshalb ist es wichtig, sich gute und zuverlässige Informationen zu besorgen .

Eine psychotische Episode besteht aus 3 Phasen

Phase 1: Prodrom

Die Frühzeichen sind meistens nicht eindeutig und schwer zu erkennen. Es können Veränderungen sein in der Art und Weise wie die Personen ihre Gefühle, Gedanken und Wahrnehmungen beschreiben. Im Verlauf können dann vermehrt Schwierigkeiten im Zusammenleben oder bei der Arbeit auftreten.

Phase 2: Akut

Es kommt zum Erleben von eindeutigen psychotischen Symptomen wie Halluzinationen, Wahnvorstellungen oder gestörtem Denken.

Phase 3: Recovery

Eine Psychose ist behandelbar und die meisten Menschen erholen sich wieder. Der Weg zur Genesung ist unterschiedlich. Trotz der vielerorts verbreiteten Meinung ist eine Genesung nach einer psychotischen Episode ganz klar möglich. Mit der richtigen Hilfe erleben viele der betroffenen Personen später nie mehr eine Psychose oder sie können trotz zeitweise vorkommender psychotischer Episoden ein erfülltes Leben führen.

Welche Typen der Psychose gibt es?

Jeder nimmt eine Psychose anders wahr und die Zuteilung einer Diagnose ist deshalb nicht immer sinnvoll. Die Diagnose ist lediglich eine medizinische Klassifikation, die es ermöglicht, den Typ zu identifizieren. Wenn jemand das erste Mal eine psychotische Episode erlebt, ist es besonders schwierig, den genauen Typ herauszufinden. Für eine aussagekräftige Diagnose müssen die Symptome während längerer Zeit kontinuierlich bestehen.

Drogeninduzierte Psychose: Der Konsum und der Entzug von Alkohol und Drogen können zu psychotischen Symptomen führen. Manchmal gehen diese Symptome schnell wieder weg, zum Beispiel wenn die Drogen vom Körper ausgeschieden werden. Es kann aber auch sein, dass die Symptome länger bestehen bleiben, dann war der Drogenkonsum evtl. ein Auslöser für die Psychose.

Organische Psychose: Manchmal treten die Symptome im Zusammenhang mit einer Kopfverletzung oder einer physischen Erkrankung auf, welche die Funktion des Gehirns beeinträchtigt. Meistens kommt es dann auch zu anderen Symptomen wie Gedächtnisstörungen oder Verwirrtheit.

Akute vorübergehende psychotische Störung: Hier treten die Symptome häufig im Zusammenhang mit grossem Stress auf, wie zum Beispiel dem Tod eines nahen Angehörigen. Die Symptome treten plötzlich auf, sind meist schwer und im Verlauf von wenigen Tagen wieder weg.

Wahnhaftige Störung: Das Hauptsymptom einer wahnhaften Störung ist eine sehr starke, aber für andere nicht nachvollziehbare Überzeugung. Die betroffene Person hält trotz Unvereinbarkeit mit der objektiv nachprüfbaren Realität an der Überzeugung fest. Auch die Urteilsfähigkeit ist dann eingeschränkt. Zum Beispiel kann jemand davon überzeugt sein, verfolgt und überwacht zu werden.

Schizophrenie: Eine Schizophrenie bezeichnet eine Form der Psychose, bei der die Verhaltensänderungen und Symptome während mindestens einem Monat auftreten. Symptome und Dauer der Erkrankung unterscheiden sich sehr stark. Entgegen der allgemein gültigen Meinung können die meisten von Schizophrenie betroffenen Menschen ein erfülltes Leben führen.

Bipolare Störung (Affektive Störung): Bei bipolaren Störungen ist die Stimmung im Allgemeinen verändert. Es zeigen sich dabei extreme Stimmungsschwankungen wie Hochs (Manie) und Tiefs (Depression) in der Stimmung. Die psychotischen Symptome passen immer zur Stimmung. Wenn zum Beispiel jemand depressiv ist, hört er vielleicht Stimmen, die ihm sagen, dass er sich umbringen soll. Jemand, der dagegen eine extrem gehobene Stimmung hat, denkt vielleicht, dass er Menschen heilen kann.

Schizoaffektive Störung: Diese Diagnose wird gestellt, wenn die Person während einer Psychose Symptome zeigt, welche die Stimmung betreffen. Das Bild ist weder typisch für eine bipolare Störung noch für eine Schizophrenie.

Psychotische Depression: Das ist eine schwere Depression gemischt mit psychotischen Symptomen. Von der bipolaren Störung unterscheidet sich diese Form der Krankheit dadurch, dass die Betroffenen keine Hochs (Manie) erleben.

Was verursacht eine Psychose?

Es gibt bereits eine Vielzahl von Theorien über die Ursachen einer Psychose, aber weitere Untersuchungen und Forschung sind notwendig. Einige Erkenntnisse weisen darauf hin, dass eine Psychose verursacht wird durch eine Kombination von biologischen und umweltbezogenen Faktoren. Diese führen bei den Betroffenen zu einer besonderen Vulnerabilität (Verletzlichkeit) und erhöhen die Wahrscheinlichkeit für das Erleben einer Psychose. Die Symptome treten häufig als Reaktion auf Stress, Drogenkonsum oder starke Veränderungen im sozialen Umfeld auf. Die Wichtigkeit der verschiedenen ursächlichen Faktoren unterscheidet sich bei den Personen.

Insbesondere bei einer ersten psychotischen Episode ist die Ursache noch unklar. Deshalb ist es notwendig, dass eine gründliche Untersuchung stattfindet, um andere medizinische Ursachen auszuschliessen und eine möglichst klare Diagnose stellen zu können. Dazu gehören medizinische Untersuchungen wie Blutuntersuchungen, Bildgebungen vom Kopf und ausführliche Gespräche mit psychiatrischen Fachpersonen zum Beispiel Ärzten, Pflegefachpersonen oder Psychologen.

Weitere Informationen über Psychose

www.psychose.de; www.promentesana.ch; www.wie-gehts-dir.ch
Informationsblätter 2,3,4

Bei weiteren Fragen dürfen sie sich jederzeit auch direkt an die Fachpersonen der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich wenden.