Die Krankheit namens Krankheitsangst

疾病不安という疾病

DW Datum 26.04.2019

https://www.dw.com/de/die-krankheit-namens-krankheitsangst/l-48478407

2019-04-26\_die-krankheit-namens-krankheitsangst.docx



Die Krankheit namens Krankheitsangst

Krebs? Leukämie? Multiple Sklerose? Menschen mit Krankheitsangst glauben, schwer krank zu sein, obwohl sie gesund sind – bis die Angst vor Krankheit selbst zur Krankheit wird und sie an nichts anderes mehr denken können.

Als ihr Sohn ein Jahr alt war, hatte die Norwegerin Helen plötzlich sehr große Angst, todkrank zu sein und bald zu sterben. Die damals 20-Jährige hatte geschwollene Lymphknoten. Deshalb machte sie einen Termin bei ihrer Ärztin, die sie von Kopf bis Fuß untersuchte. Die Ärztin konnte keine Krankheit finden, da Helen kerngesund war. In einem medizinischen Buch suchte sie selbst all ihre Symptome und fand Krankheiten wie Leukämie, Krebs oder Multiple Sklerose.

Trotzdem ging Helen noch viele Monate zu ihrer Ärztin, bis diese die Krankheit namens Krankheitsangst diagnostizierte. Die Ärztin schickte Helen nach Bergen in eine Spezialklinik für Patienten mit Krankheitsangst – die einzige in Europa. Obwohl alle Patienten dort körperlich gesund sind, glauben sie, dass sie bald sterben. In dieser Klinik können sie dann eine Psychotherapie beginnen.

Es gibt aber auch Patienten, die nicht zum Arzt gehen möchten. Diese Patienten haben oft so große Angst davor, dass sie wirklich krank sind und dass der Arzt ihnen genau das bestätigt. Außerdem fühlen sie schneller Schmerzen als andere Menschen – ein Teufelskreis, denn dann produziert ihr Körper mehr Adrenalin, das Herz schlägt schneller und sie schwitzen mehr. Und ihre Angst wird dadurch noch größer. Wahrscheinlich leiden fast 10% der Deutschen unter Krankheitsangst.

Um die Krankheitsangst zu heilen, müssen die Patienten akzeptieren, dass sie wie alle Menschen irgendwann sterben werden. Den meisten Patienten geht es aber nach fünf Therapiestunden schon besser. Helen machte nach der Geburt ihres zweiten Sohnes trotzdem noch eine sechste Stunde. Danach hat sie ihr medizinisches Buch weggeworfen und sie hat seitdem gelernt, besser mit ihren Symptomen zu leben.

## Glossar

**namens**— mit dem Namen

**Krebs (m., nur Singular)** — hier: eine sehr schlimme, oft lebensgefährliche Krankheit

**Leukämie (f., nur Singular)** — eine Krankheit, bei der man zu viele weiße Blutkörperchen im Körper hat und an der man sterben kann

**Multiple Sklerose (f., nur Singular)** — eine Krankheit, bei der das zentrale Nervensystem betroffen ist und an der man sterben kann

**todkrank** — so, dass man sehr krank ist und bald stirbt

**geschwollen** — so, dass eine Stelle am Körper dick wird

**Lymphknoten, - (m.)** — ein Teil des Körpers, z. B. am Hals; Teil des Lymphsystems

**von Kopf bis Fuß** — komplett, ganz

**kerngesund** — ganz gesund

**Symptom, -e (n.)** — hier: etwas (z. B. Fieber), das zeigt, dass jemand krank ist

**etwas diagnostizieren** — eine Krankheit feststellen

**Patient, -en/Patientin, -nen** — jemand, der von einem Arzt versorgt wird

**Psychotherapie, -n (f.)** — die ärztliche Behandlung einer Krankheit, die nicht den Körper, sondern das Denken und die Gefühle betrifft

**Teufelskreis, -e (m.)**— eine schlimme Situation, aus der man nicht mehr herauskommt, weil sich bestimmte Probleme gegenseitig verstärken

**Adrenalin (n., nur Singular)** — ein Hormon, das vom Körper ausgeschüttet wird, wenn man aufgeregt ist

**etwas/jemanden heilen** — eine Krankheit bekämpfen, so dass man wieder gesund wird

## 分節化したテキスト

Die Krankheit namens Krankheitsangst

Krebs? Leukämie? Multiple Sklerose? (die Leukämie,-n 白血病; Multiple Sklerose 多発性硬化症〔神経細胞の伝達障害による様々な症状)

Menschen mit Krankheitsangst glauben,

schwer krank zu sein, obwohl sie gesund sind –

bis die Angst vor Krankheit selbst zur Krankheit wird

und sie an nichts anderes mehr denken können.

Als ihr Sohn ein Jahr alt war,

hatte die Norwegerin Helen plötzlich sehr große Angst,

todkrank zu sein und bald zu sterben.

Die damals 20-Jährige hatte geschwollene Lymphknoten. (geschwollen 膨らんだ，腫れた; der Lymphknoten,- リンパ節)

Deshalb machte sie einen Termin bei ihrer Ärztin,

die sie von Kopf bis Fuß untersuchte.

Die Ärztin konnte keine Krankheit finden,

da Helen kerngesund war.

In einem medizinischen Buch suchte sie selbst all ihre Symptome

und fand Krankheiten wie Leukämie, Krebs oder Multiple Sklerose.

Trotzdem ging Helen noch viele Monate zu ihrer Ärztin,

bis diese die Krankheit namens Krankheitsangst diagnostizierte.

Die Ärztin schickte Helen nach Bergen

in eine Spezialklinik für Patienten mit Krankheitsangst – die einzige in Europa. Obwohl alle Patienten dort körperlich gesund sind,

glauben sie, dass sie bald sterben.

In dieser Klinik können sie dann eine Psychotherapie beginnen.

Es gibt aber auch Patienten, die nicht zum Arzt gehen möchten.

Diese Patienten haben oft so große Angst davor,

dass sie wirklich krank sind

und dass der Arzt ihnen genau das bestätigt.

Außerdem fühlen sie schneller Schmerzen als andere Menschen – ein Teufelskreis,

denn dann produziert ihr Körper mehr Adrenalin,

das Herz schlägt schneller und sie schwitzen mehr.

Und ihre Angst wird dadurch noch größer.

Wahrscheinlich leiden fast 10% der Deutschen unter Krankheitsangst.

Um die Krankheitsangst zu heilen, müssen die Patienten akzeptieren,

dass sie wie alle Menschen irgendwann sterben werden.

Den meisten Patienten geht es aber nach fünf Therapiestunden schon besser.

Helen machte nach der Geburt ihres zweiten Sohnes trotzdem noch eine sechste Stunde.

Danach hat sie ihr medizinisches Buch weggeworfen

und sie hat seitdem gelernt, besser mit ihren Symptomen zu leben.