

Fallbeispiel Kardiophobie (Herzangst, Herzphobie, Herzneurose; ICD-10 Diagnose F45.2),

48-jähriger Verwaltungsangestellter beim Wasserwirtschaftsamt mit ausgeprägter Kardiophobie (geschieden, keine Kinder)

Heiner F. ist ein 48-jähriger Mann, der seit 23 Jahren im Wasserwirtschaftsamt einer Kleinstadt in Süddeutschland arbeitet. Seine Tätigkeit versieht er überwiegend sitzend im Büro, ein bis zweimal im Monat besichtigt er dienstlich wasserwirtschaftliche Einrichtungen wie z. B. Kläranlagen oder Schleusen. Er war 12 Jahre verheiratet und ist seit 7 Jahren geschieden.

Seit mehr als 10 Jahren leidet Herr F. phasenweise unter massiven Angstzuständen, die er als elementar und lebensbedrohlich erlebt. Symptomatisch gleichen diese heftigen Ängste mit Atemnot, Brustenge und starken Schmerzen den Vorzeichen eines Herzinfarktes, so dass Herr F. dramatische Todesängste erlebt. Die Herzfunktion wurde mit allen verfügbaren diagnostischen Möglichkeiten (Ruhe-EKG, Belastungs-EKG, Herzkatheter etc.) mehrfach von verschiedenen Fachärzten ohne organischen Befund untersucht. Unauffällige EKG Befunde erklärt sich Herr F. mit einem Gerätedefekt oder einem Bedienungsfehler.

Die Abstände zwischen diesen Angstzuständen wurden in letzter Zeit immer kürzer. Dies führte dazu, dass Herr F. inzwischen in beständiger Angst vor einer neuen Panikattacke lebt und sich sehr stark mit der ständigen Beobachtung seines Körpers und insbesondere seiner kardialen Funktion beschäftigt, indem er Puls und Blutdruck kontrolliert. Dabei bestätigt der durch diese Angst erhöhte Puls die Befürchtungen eines lebensgefährlichen Zustandes .

Herr F. war bereits häufig wegen dieser Probleme krankgeschrieben worden, inzwischen ist er schon mehr als vier Monate arbeitsunfähig. Ursache dafür war die Tatsache, dass er wegen der Angstzustände seinen Aktivitätsradius beständig verkleinert hat und die letzten vier Wochen seine Wohnung nur noch sporadisch verlassen hat. Damit hat er auch praktisch keine sozialen Kontakte mehr. Auch seine Eheprobleme und die rasche Scheidung sind darauf zurückzuführen.

Herr F. hat außer dem Schulsport kaum Erfahrungen mit körperlichen Beanspruchungen, die über das Maß von Alltagsbewegungen hinausgehen. Schon Treppensteigen löst durch die Wahrnehmung einer erhöhten Pulsfrequenz massive Ängste aus, . Durch die fortschreitende schlechtere Belastungsfähigkeit tritt diese Wahrnehmung einer Überlastung immer früher auf.

Inzwischen zeigt diese Inaktivität auch andere körperliche Auswirkungen, Herr F. ist deutlich übergewichtig und hat einen beginnenden Diabetes .

Die Information über die Diabeteserkrankung hat bei Herrn F. langes Nachdenken darüber ausgelöst, ob und wenn ja, welche Maßnahmen er selbst durchführen könne, damit es ihm langfristig besser ginge.

