

Erkrankung der Haut

Nessel- oder Quaddelsucht (Urticaria)

Eine Erkrankung der Haut, für die mitunter rein psychische Ursachen verantwortlich sind, mitunter aber auch eine allergische Reaktion mit ursächlich sein kann, ist die sogenannte Nessel- oder Quaddelsucht (Urticaria), die durch Schwellungen und Juckreiz gekennzeichnet ist. Abgesehen von körperlichen Auslösefaktoren sind es häufig Trennungssituationen oder Abschlüsse einer Lebensphase, die der Symptomatik vorausgehen. Damit verbunden ist oft negatives Stressempfinden, das nicht gemildert werden kann, z.B. durch Herabsetzen der Eigenaktivität.

Typischerweise tritt diese Symptomatik in bzw. nach Prüfungsphasen oder ähnlich strukturierten Situationen auf. Es ist naturgemäß nicht so einfach möglich, in solchen Phasen die von außen kommenden Anforderungen zu mindern. Allerdings ist die Verarbeitung von Leistungsanforderungen von Mensch zu Mensch sehr verschieden. Gerade solche Menschen, deren Leistungsansprüche sehr hoch gesteckt sind, die von sich selbst meinen immer perfekt sein zu müssen, steigern den Stress der von außen kommenden Anforderungen noch um ein Vielfaches. Für gewöhnlich nimmt dann auch entsprechend die Fähigkeit zur Entspannung enorm ab bis hin zur völligen Unfähigkeit zur Ruhe zu kommen.

Man weiß es noch nicht bis in letzte Einzelheiten, was tatsächlich im Körper geschieht. Sicher kann man aber davon ausgehen, dass die körpereigene Abwehr überreagiert und heftige, störende Symptome produziert - gewissermaßen auch nicht zur Ruhe kommt. Selbst wenn man davon ausgeht - wie viele dies tun -, dass es sich bei dieser Erkrankung um eine allergische Reaktion handelt, kann man ja fragen, warum die Immunabwehr des Körpers derart überaktiv ist.

Wenn man sich dies vor Augen führt, wird sehr deutlich, dass psychische Faktoren bei der Entstehung dieser Erkrankung zumindest eine sehr große Rolle spielen. Es ist dann auch sehr naheliegend über psychische Behandlung nachzudenken. Diese kann jedoch nicht sofort wirken, sondern erfordert einige Zeit. Der Hang zum Perfektionismus und die Unfähigkeit zur Entspannung sind auch nicht in kurzer Zeit entstanden, sondern haben sich meist sogar lebenslang herausgebildet.

Sollte man sich grundsätzlich für eine Psychotherapie entschieden haben, so spielt für die Wahl des Verfahrens auch eine Rolle, was bei der Bewältigung der Erkrankung im Vordergrund steht. Stellt die Situation, in der der Betroffene sich befindet und in der die Symptomatik auftritt, eher eine einmalige Krisensituation dar oder geht das Ganze auf eine grundlegende und alte Problematik zurück. In jedem Falle sollte zur Klärung dieser Fragen eine Fachkraft aufgesucht werden, mit der erst einmal ganz unverbindlich diese Probleme geklärt werden können.

Informationen zu den verschiedenen Therapieformen finden sich auf dieser Seite und speziell zu den analytischen und tiefenpsychologisch fundierten Verfahren auf der Seite: www.psychanalyse-hamburg.de.