

## Psoriasis: Psychotherapie kann bei Angststörungen helfen

**Datum:** 23.03.2021

**Original Titel:**

Effects of psychosocial interventions on patient-reported outcomes in patients with psoriasis: A systematic review and meta-analysis

**DGP - Die Auswertungen der Daten geben an, dass eine Psychotherapie positiv auf Angststörungen und die Lebensqualität bei Psoriasis wirken kann. Die Wissenschaftler weisen jedoch darauf hin, dass die Qualität der ausgewerteten Studien nicht immer zufriedenstellend war.**

---

Psychotherapie kann zur Behandlung psychischer Erkrankungen eingesetzt werden. Auch Patienten mit Psoriasis leiden oft an psychischen Erkrankungen wie Depressionen oder Angststörungen und psychischer Stress kann wiederum die Psoriasis negativ beeinflussen. Eine Studie aus Deutschland wertete Studien zum Effekt von Psychotherapie bei Psoriasis aus.

### **Die Wissenschaftler werteten Daten von 19 Studien aus**

Bei der Psychotherapie können verschiedene Verfahren zur Linderung der Beschwerden eingesetzt werden. In den ausgewerteten Studien wurden vorrangig kognitive Verhaltenstherapien und achtsamkeitsbasierte Techniken angewendet. Die Wissenschaftler werteten Daten aus 19 Studien aus, die sich mit Lebensqualität, Depressionen und Angststörungen bei Psoriasis beschäftigten.

### **Lebensqualität und [Ängste](#) werden durch die Psychotherapie positiv beeinflusst**

Die Auswertung ergab, dass eine Psychotherapie Lebensqualität und Angststörungen positiv beeinflussen kann. Der Effekt auf Depressionen war allerdings nicht statistisch bedeutend. Bei Depressionen kommt es zu langanhaltender Antriebs- und Hoffnungslosigkeit begleitet von Schlafstörungen, Konzentrationsstörungen oder Libidoverlust. Angststörungen äußern sich durch Angstattacken in Alltagssituationen, die dazu führen, dass die Betroffenen bestimmte Situationen meiden. Dabei kommt es durchaus auch zu körperlichen Reaktionen.

Die Auswertungen der Daten geben daher an, dass eine Psychotherapie positiv auf Angststörungen und die Lebensqualität bei Psoriasis wirken kann. Die Wissenschaftler weisen jedoch darauf hin, dass die Qualität der ausgewerteten Studien nicht zufriedenstellend war.

**Referenzen:**

Zill JM, Christalle E, Tillenburg N, et al. Effects of psychosocial interventions on patient-reported outcomes in patients with psoriasis: A systematic review and meta-analysis. *Br J Dermatol*. October 2018. doi:10.1111/bjd.17272.

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“