



CHRISTOPH-DORNIER-KLINIK FÜR PSYCHOTHERAPIE

Pressemitteilung

Münster, 2. April 2007

Wenn nichts mehr läuft

2,7 Prozent aller Männer leiden an Paruresis. Sie haben Angst in Gegenwart anderer zu urinieren

Rund eine Million Männer in Deutschland können auf öffentlichen Toiletten kein Wasser lassen. Sie leiden an Paruresis, einer Störung, die den sozialen Phobien zugerechnet wird und allgemein als Männerkrankheit gilt. Jüngeren Untersuchungen zufolge sind jedoch mehr Frauen betroffen als bislang angenommen. Gemeinsam mit ihren männlichen Leidensgenossen tragen sie ein fünffach erhöhtes Depressionsrisiko.

„Paruresis hat nichts mit Ekel vor öffentlichen Toiletten zu tun. Die Angst, in Gegenwart anderer zu urinieren, ist eine psychische Erkrankung, die sich durch ausgeprägtes Vermeidungsverhalten auszeichnet und die Betroffenen stark beeinträchtigt. Entgegen mancher Vorurteile hat Paruresis keine Auswirkungen auf die Sexualität“, erklärt Silvia Uhle, Leitende Psychologin der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster.

Paruretiker fühlen sich durch die mögliche Gegenwart anderer in ihrer Privatheit bedroht und fürchten sich vor negativer Bewertung. Die Angst beim Gang auf eine öffentliche Toilette versetzt ihren Körper in Alarmbereitschaft. Das sogenannte sympathische Nervensystem wird aktiviert, die Blasenringmuskeln ziehen sich zusammen - trotz Harndrang kann die Blase nicht entleert werden. Pressen hilft nicht, da es die Kontraktion der Muskeln nur verstärkt. Gedanken, wie „Alle werden sich fragen, warum ich so lange brauche“, erzeugen zusätzlichen Stress und bedeuten das endgültige Aus für den Harnfluss.

Das Vermeiden solch angstausslösender Situationen kann je nach Schwere der Erkrankung die gesamte Lebensplanung bestimmen, also die Freizeitgestaltung ebenso wie die Wahl des Arbeitsplatzes.

Kontakt:

Christoph-Dornier-Klinik
für Psychotherapie
Silvia Uhle
Leitende Psychologin
Tibusstraße 7-11
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-0
Fax: 0251/ 48 10-105
E-Mail: Uhle@c-d-k.de
Internet: www.c-d-k.de

Pressekontakt:

Katja Schepers
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
für Medizin & Gesundheit
Vondelstraße 38
50677 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68
Mobil: 0163/361 70 55
E-Mail: info@schepers-pr.de



CHRISTOPH-DORNIER-KLINIK FÜR PSYCHOTHERAPIE

Pressemitteilung

Um außerhalb der eigenen vier Wände kein Wasser lassen zu müssen, trinken Paruretiker häufig unzureichend, was langfristig zu Blasen- und Nierenproblemen führen kann. Am schwersten wiegt für die Betroffenen jedoch der soziale Rückzug, der mit der Krankheit einhergeht. Das Risiko, zusätzlich an einer Depression zu erkranken, ist bei ihnen um mehr als das Fünffache erhöht.

Die Paruresis, auch Bashful Bladder Syndrome genannt, entsteht in der Regel im Lauf der Pubertät. Bleibt sie unbehandelt, entwickelt sie sich zu einer chronischen Erkrankung. „Wenn sich Paruretiker ihrer Angst nicht stellen, verfestigt sie sich. Denn die Angsterwartung steigt mit der Folge, dass die Betroffenen ihr Vermeidungsverhalten ausweiten. Die Anzahl angstbesetzter Situationen nimmt dementsprechend zu. Dieser Mechanismus bestätigt Paruretiker darin öffentlich nicht urinieren zu können und erhält die Krankheit aufrecht“, erläutert die Diplompsychologin Silvia Uhle.

Dabei ist die Paruresis gut behandelbar. Die besten Ergebnisse erzielt die kognitive Verhaltenstherapie mit Reizexposition. Hier erarbeitet der Patient mit seinem Therapeuten zunächst eine individuelle Angsthierarchie. Die Reizexposition beginnt mit weniger angstausslösenden Situationen und steigert sich graduell. Der frühzeitig erlebte Erfolg, also ein Nachlassen der Angst, motiviert den Patienten sich auch schwierigeren Situationen zu stellen. Der Abbau dysfunktionaler Gedanken, wie „Alle werden mich beobachten. Jeder wird sich fragen, warum ich so lange brauche“, bildet einen weiteren Schwerpunkt der Behandlung.

Weitere Informationen zu Angststörungen erhalten Interessierte telefonisch unter 0251/4810-0 oder im Internet unter www.c-d-k.de. Der Internetauftritt der Christoph-Dornier-Klinik wurde im Februar dieses Jahres zur zweitbesten Klinik-Website Deutschlands gekürt. Neben Nutzerfreundlichkeit attestierten die Juroren eine ausgezeichnete Auswahl und Qualität der medizinischen Inhalte (Novartis Wettbewerb „Deutschlands beste Klinik-Website 2006“).

Kontakt:
Christoph-Dornier-Klinik
für Psychotherapie
Silvia Uhle
Leitende Psychologin
Tibusstraße 7-11
48143 Münster

Fon: 0251/ 48 10-0
Fax: 0251/ 48 10-105
E-Mail: Uhle@c-d-k.de
Internet: www.c-d-k.de

Pressekontakt:
Katja Schepers
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
für Medizin & Gesundheit
Vondelstraße 38
50677 Köln

Fon: 0221/ 261 57 68
Mobil: 0163/361 70 55
E-Mail: info@schepers-pr.de