

Online-Vortrag:

Liebe in Zeiten der Cholera - Einsamkeit in Zeiten von Corona

Prim. Dr. David Oberreiter, MBA
stv. Vorstandsvorsitzender, pro mente OÖ
Vorstand des Instituts für Psychotherapie, Kepler Universitätsklinikum

14. November 2020 auf www.pmooe.at

55. LINZER
PSYCHIATRISCHER SAMSTAG
WAGNER-JAUREGG-TAGUNG
VORANKÜNDIGUNG


psychiatrischer
samstag

pro mente | **oö**

Kein neues Problem

Auch vor SARS-CoV-2 Pandemie

7 % der Europäer treffen sich nicht ein einziges Mal im Jahr mit Freunden oder Verwandten

Was ist Einsamkeit?

Auswirkungen von Einsamkeit

Psychotische Störungen und Einsamkeit

Suizidalität

Überlegungen zu Maßnahmen

Was ist Einsamkeit?

Friedrich Nietzsche

Soziale Gegebenheit des alleine Seins

„ Meine Einsamkeit war immer vollkommen. [...] „
ich habe aber nie an „Vereinsamung“ gelitten.

Gefühl der Einsamkeit

Einsamkeit ist das Gefühl das entsteht:
wenn Defizite in sozialen Beziehungen erlebt werden

Gefühle weisen auf etwas hin

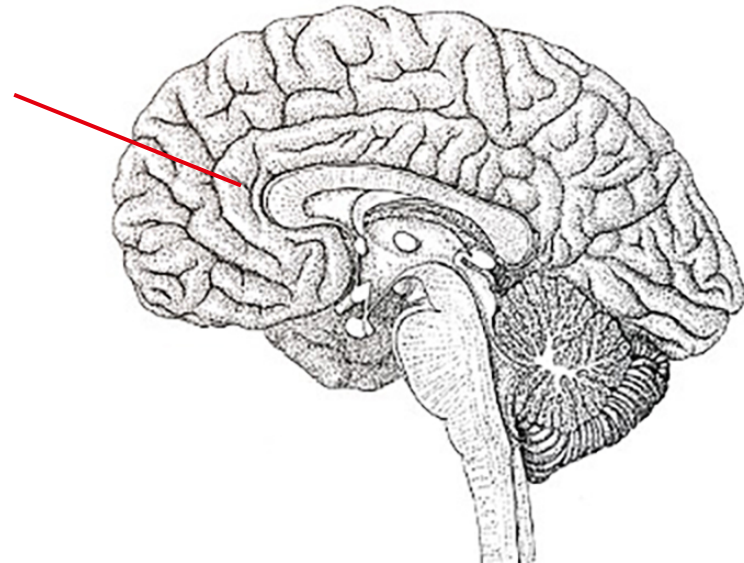
z.B.:

Hungergefühl → Abwesenheit von Nahrungszufuhr

Schmerz → Abwesenheit von körperlicher Unversehrtheit

Einsamkeit → Abwesenheit von guten Sozialkontakten

anteriorer cingulärer Cortex



Ähnliche Hirnregion wie emotionale Schmerzverarbeitung

Sozialer Schmerz

Martin Heidegger

Das faktische Alleinsein wird [...] nicht dadurch behoben, dass ein zweites Exemplar Mensch ‚neben‘ mir vorkommt oder vielleicht zehn solcher. Auch wenn diese und noch mehr vorhanden sind, kann das Dasein allein sein.

Carl Rogers

Haben wir keine Beziehung, in der wir [...] unser Selbst [...] mitteilen können, dann empfinden wir Einsamkeit, das Gefühl mit keinem anderen menschlichen Wesen wirklich in Kontakt zu sein.

Einsam in Gesellschaft

es fehlt etwas ganz Bestimmtes

wirklich im Kontakt zu sein
das Innere mitteilen können

Friedrich Nietzsche

[...] ich glaube nicht mehr daran, dass irgend Jemand
Etwas von mir, an mir, über mich 'begreift'. Fünfzehn
Jahre Einsamkeit – was sage ich! Zwei und vierzig
Jahre – denn so alt bin ich.

Besonders quälend wird Einsamkeit wahrgenommen,
wenn zuvor ein vertrauensvolles Mitteilen möglich war

getrennt Lebende

Geschiedene

Verwitwete

Änderungen durch Maßnahmen gegen Corona

Auswirkungen der Einsamkeit

Einsame leiden häufiger an

Erschöpfung
Entzündungen
Kopfschmerzen
Kreislaufstörungen
Infektionskrankheiten

Einsame

produzieren mehr Stresshormone
brauchen dreimal länger um einzuschlafen
Schlaf weniger erholsam

Angststörung

gefährdeter sind:

getrennt Lebende

Geschiedene

Verwitwete

Menschen ohne außerhäusliche Berufstätigkeit

Menschen im Lockdown

Home office ?

weniger gefährdet sind:

Verheiratete

allein Lebende

nie Verheiratete

Psychotische Störung

Alain Bombard

1924 - 2005



Bombard, A. (1953). Im Schlauchboot über den Atlantik. München: Biederstein Verlag.

Joshua Slocum

1844 - 1909



Slocum, J. (1901). *Sailing Alone Around the World*. New York, NY: The Century Co.

Christiane Ritter

1897 - 2000



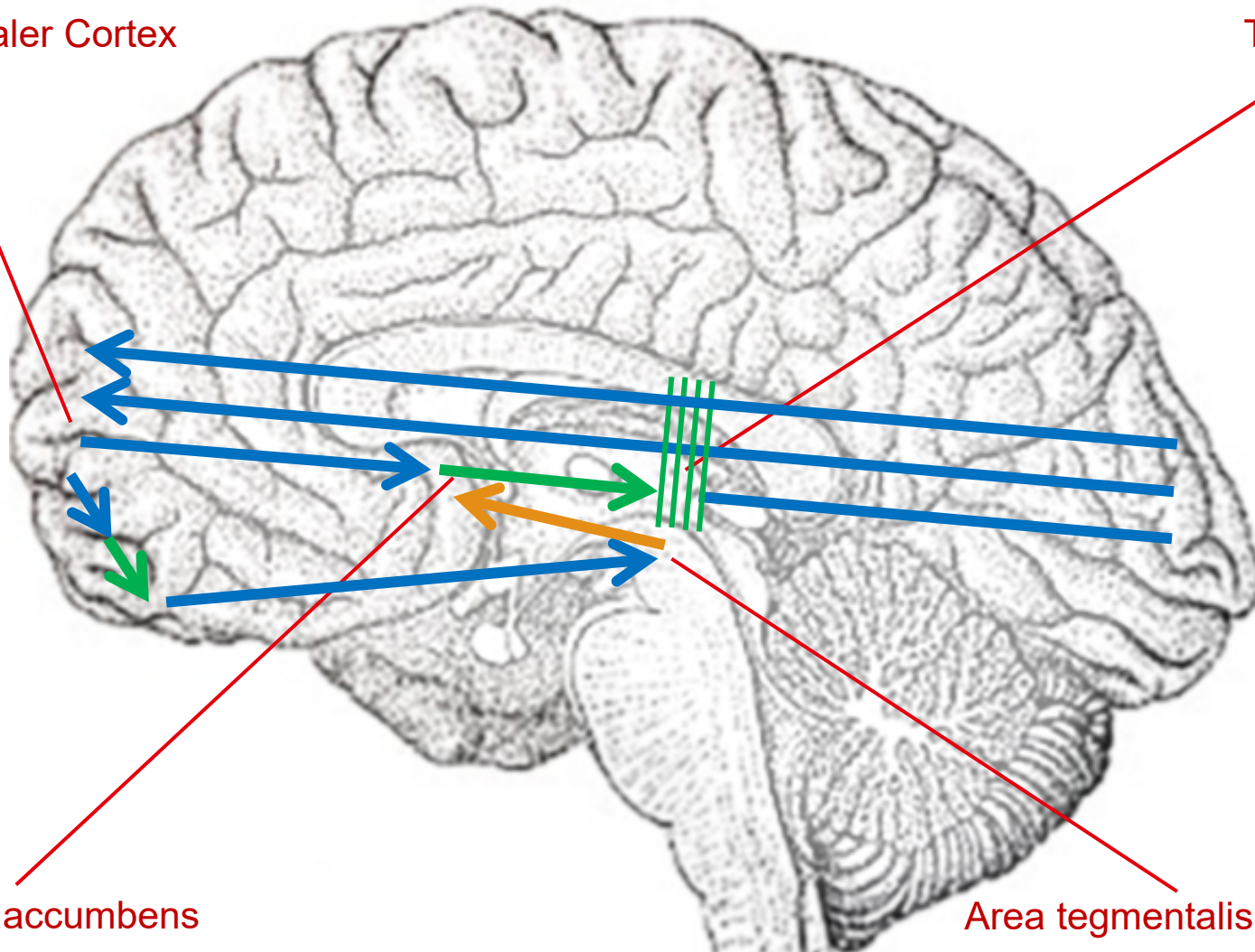
Ritter, C. (1938). *Eine Frau erlebt die Polarnacht*. Berlin: Propyläen-Verlag.



Matchett, W. F. (1972). Repeated Hallucinatory Experiences as a Part of the Mourning Process Among Hopi Indian Women. *Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry*, 35(2), 185-194.

Präfrontaler Cortex

Thalamus



Nucleus accumbens

Area tegmentalis ventralis

Stahl, S. (2013). *Stahl's Essential Psychopharmacology. Neuroscientific Basis and Practical Applications*. Cambridge: Cambridge University Press.

Psychose ist nicht die Störung

Psychose ist ein kreativer Prozess

Die Störung ist das Defizit an Beziehungserleben

Charles Bonnet

1720 - 1793



Er sieht diese
Figuren verschiedene Bewegungen machen, er sieht sie sich
näher, entfernen, verschwinden, grösser und kleiner wer-
den, erscheinen und wieder erscheinen.

Mechanismen um Beziehungswahrnehmung zu fördern

Abwehr von Einsamkeit

Warum ist es notwendig Einsamkeit abzuwehren?

Ellen West

Ich bin ganz isoliert. Ich sitze in einer Glaskugel. Ich sehe die Menschen durch eine Glaswand, ihre Stimmen dringen gedämpft zu mir. Ich sehne mich unsagbar danach, zu ihnen zu gelangen. Ich schreie, aber sie hören es nicht. Ich strecke die Arme nach ihnen aus; aber meine Hände stoßen nur gegen die Wände meiner Glaskugel.

Suizidalität

Émile Durkheim 1897

Suizidalität bei schlechter sozialer Integration

Søren Kierkegaard

Wenn der Tod die größte Gefahr ist, so hofft man auf Leben; wenn man aber die noch schrecklichere Gefahr kennen lernt, hofft man auf den Tod.

Einsamkeit ist Risikofaktor für Suizid

Einsamkeit und soziale Isolation

Risikofaktoren für Sterblichkeit

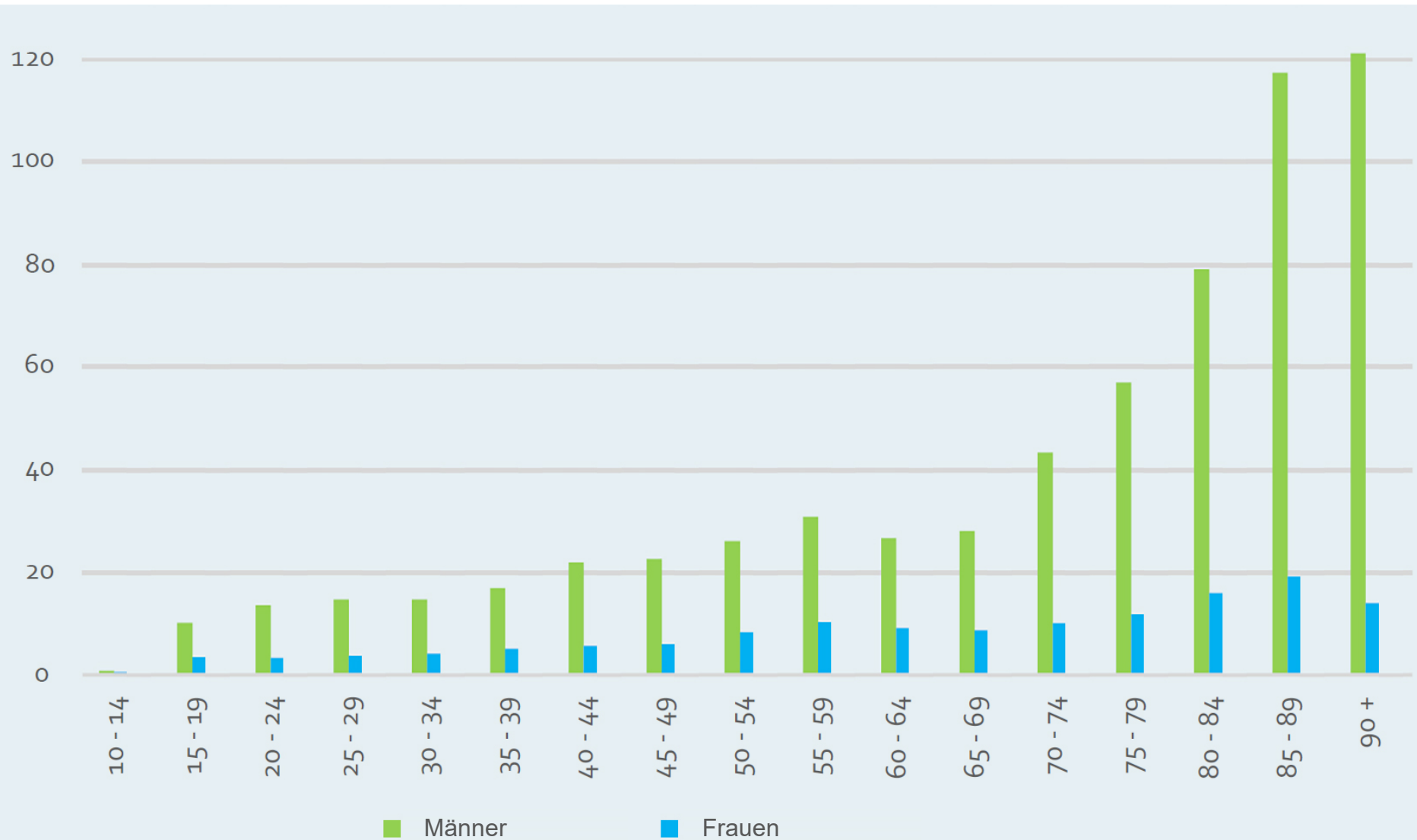
im selben Ausmaß wie Rauchen und Übergewicht

Suizidgedanken und Parasuizidales Verhalten nehmen mit dem Grad der Einsamkeit zu

Stravynski, A., & Boyer, R. (2001). Loneliness in relation to suicide ideation and parasuicide: a population-wide study. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 31(1), 32–40.

Wiktorsson, S., Runeson, B., Skoog, I., Ostling, S., & Waern, M. (2010). Attempted suicide in the elderly: characteristics of suicide attempters 70 years and older and a general population comparison group. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 18(1), 57–67.

Suizidrate



Suizidalität in Quarantäne

Suizide in Quarantäne

Eingesperrt fühlen
Verlust der gewohnten Routine
Reduktion von Sozialkontakten
Langeweile
Frustration
Angst vor Ansteckung (sich und andere)
Sorge vor unzureichender Versorgung
Unterbrechung medizinischer Versorgung
Fehlen von Klarheit in offiziellen Informationen
Konfrontation mit massiven Familienproblemen
→ Trigger für suizidales Verhalten

Angststörungen
Erschöpfungssyndrome
Depression
Erhöhte Reizbarkeit
gesteigerte Aggression
Schlafstörungen
Posttraumatische Stress Symptome
Gesteigerter Alkoholkonsum
Gesteigerter Nikotinkonsum
→ suizidales Verhalten

Wu, P., Fang, Y., Guan, Z., Fan, B., Kong, J., Yao, Z., Liu, X., Fuller, C. J., Susser, E., Lu, J., & Hoven, C. W. (2009). The Psychological Impact of the SARS Epidemic on Hospital Employees in China: Exposure, Risk Perception, and Altruistic Acceptance of Risk. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 54(5), 302–311.

Taylor, M. R., Agho, K. E., Stevens, G. J., & Raphael, B. (2008). Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: Data from Australia's first outbreak of equine influenza. *BMC Public Health*, 8(1), 347.

Sprang, G., & Silman, M. (2013). Posttraumatic Stress Disorder in Parents and Youth After Health-Related Disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 7(1), 105–110.

Liu, X., Kakade, M., Fuller, C. J., Fan, B., Fang, Y., Kong, J., Guan, Z., & Wu, P. (2012). Depression after exposure to stressful events: Lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic. *Comprehensive Psychiatry*, 53(1), 15–23.

Bai, Y., Lin, C.-C., Lin, C.-Y., Chen, J.-Y., Chue, C.-M., & Chou, P. (2004). Survey of Stress Reactions Among Health Care Workers Involved With the SARS Outbreak. *Psychiatric Services*, 55(9), 1055–1057.

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920.

Das Gefühl,
durch eigene Einschränkung für andere etwas zu leisten
führt zu Erleichterung

Suizidraten sinken in Zeiten eines erlebten/fantasierten
sozialen Zusammenhalts
Kriegszeiten
nach Terroranschlägen (9/11)

Claassen, C. A., Carmody, T., Stewart, S. M., Bossarte, R. M., Larkin, G. L., Woodward, W. A., & Trivedi, M. H. (2010). Effect of 11 September 2001 terrorist attacks in the USA on suicide in areas surrounding the crash sites. *British Journal of Psychiatry*, 196(5), 359–364.

Courtet, P., Olié, E., Debien, C., & Vaiva, G. (2020). Keep Socially (but Not Physically) Connected and Carry on: Preventing Suicide in the Age of COVID-19. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 81(3).

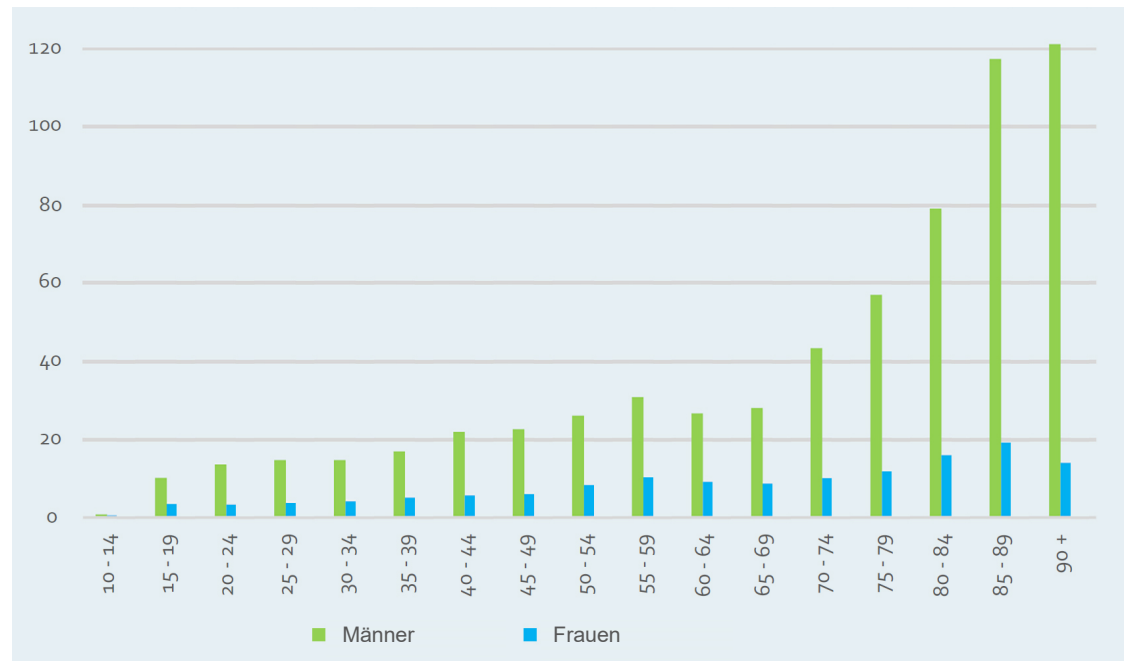
Maßnahmen gegen Einsamkeit

Gute bestehende Einbindung

Psychotherapie

Psychosoziale Betreuung

Beachten von Möglichkeiten und Gewohnheiten



Grabenhofer-Eggerth, A., Nowotny, M., & Kapusta, N. (Hrsg.). (2020). *Suizid und Suizidprävention in Österreich: Bericht 2019*. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.

Maßnahmen die Einsamkeit reduzieren, reduzieren auch

körperliche Symptome

psychische Störungen

z.B.: Angststörungen, psychotische Störungen

Suizidalität

Maßnahmen müssen bestimmter Qualität entsprechen

wirklich im Kontakt zu sein
das Innere mitteilen können

Eine echte, wertschätzende, am Mitmenschen interessierte, tragfähige Beziehung kann die Einsamkeit überwinden.

- Alroe, C. J., & McIntyre, J. N. (1983). Visual hallucinations. The Charles Bonnet syndrome and bereavement. *The Medical Journal of Australia*, 2(12), 674–675.
- Binswanger, L. (1957). Der Fall Ellen West. In *Schizophrenie* (S. 57–188). Pfullingen: Günther Neske.
- Bai, Y., Lin, C.-C., Lin, C.-Y., Chen, J.-Y., Chue, C.-M., & Chou, P. (2004). Survey of Stress Reactions Among Health Care Workers Involved With the SARS Outbreak. *Psychiatric Services*, 55(9), 1055–1057.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920.
- Bombard, A. (1953). *Im Schlauchboot über den Atlantik*. München: Biederstein Verlag.
- Bonnet, C. (1760). *Essai analytique sur les facultés de l'ame*. Kopenhagen: chez les frères Cl. & Ant. Philibert.
- Bonnet, K. (1771). *Analytischer Versuch über die Seelenkräfte* (Bd. 2). Bremen: Johann Henrich Cramer.
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2011). *Einsamkeit: Woher sie kommt, was sie bewirkt, wie man ihr entrinnt*. Spektrum Akademischer Verlag.
- Claassen, C. A., Carmody, T., Stewart, S. M., Bossarte, R. M., Larkin, G. L., Woodward, W. A., & Trivedi, M. H. (2010). Effect of 11 September 2001 terrorist attacks in the USA on suicide in areas surrounding the crash sites. *British Journal of Psychiatry*, 196(5), 359–364.
- Courtet, P., Olié, E., Debien, C., & Vaiva, G. (2020). Keep Socially (but Not Physically) Connected and Carry on: Preventing Suicide in the Age of COVID-19. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 81(3).
- Durkheim, É. (1897). *Le Suicide: Étude de Sociologie*. F. Alcan.
- Foster, T. (2011). Adverse Life Events Proximal to Adult Suicide: A Synthesis of Findings from Psychological Autopsy Studies. *Archives of Suicide Research*, 15(1), 1–15.
- García Márquez, G. (1985). *El amor en los tiempos del cólera*. Penguin Random House.
- Grabenhofer-Eggerth, A., Nowotny, M., & Kapusta, N. (Hrsg.). (2020). *Suizid und Suizidprävention in Österreich: Bericht 2019*. Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz.

- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227
- Heidegger, M. (1929). *Sein und Zeit* (Zweite Auflage). Halle: Max Niemeyer.
- Goyal, K., Chauhan, P., Chhikara, K., Gupta, P., & Singh, M. P. (2020). Fear of COVID 2019: First suicidal case in India! *Asian Journal of Psychiatry*, 49, 101989.
- Holroyd, S., Rabbins, P. V., Finkelstein, D., Nicholson, M. C., Chase, G. A., & Wisniewski, S. C. (1992). Visual hallucinations in patients with macular degeneration. *American Journal of Psychiatry*, 149(12), 1701–1706.
- Jeste, D. V., Lee, E. E., & Cacioppo, S. (2020). Battling the Modern Behavioral Epidemic of Loneliness: Suggestions for Research and Interventions. *JAMA Psychiatry*, 77(6), 553.
- Kierkegaard, S. (1849). *Sygdommen til Døden: En christelig psykologisk Udvikling til Opbyggelse og Opvækkelse af Anti-Climacus*. Carl Andreas Reitzel Forlag.
- Kierkegaard, S. (1911). *Die Krankheit zum Tode*. In *Gesammelte Werke* (Bd. 8). Eugen Diederichs.
- Liu, X., Kakade, M., Fuller, C. J., Fan, B., Fang, Y., Kong, J., Guan, Z., & Wu, P. (2012). Depression after exposure to stressful events: Lessons learned from the severe acute respiratory syndrome epidemic. *Comprehensive Psychiatry*, 53(1), 15–23.
- Matchett, W. F. (1972). Repeated Hallucinatory Experiences as a Part of the Mourning Process Among Hopi Indian Women. *Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry*, 35(2), 185–194.
- Nietzsche, F. W. (1986). *Sämtliche Briefe: Kritische Studienausgabe in 8 Bänden* (G. Colli & M. Montinari, Hrsg.). W. de Gruyter.
- Ritter, C. (1938). *Eine Frau erlebt die Polarnacht*. Berlin: Propyläen-Verlag.
- Rogers, C. R. (1980). Ellen West—And Loneliness. In *A Way of Being* (S. 164–180). Houghton Mifflin.
- Rogers, C. R. (1989). Ellen West—And Loneliness. In H. Kirschenbaum & V. L. Henderson (Hrsg.), *The Carl Rogers Reader* (S. 157–168). Houghton Mifflin.

- Rogers, C. R. (2005). Ellen West—Und Einsamkeit. In C. R. Rogers & R. L. Rosenberg (Hrsg.), *Die Person als Mittelpunkt der Wirklichkeit* (Zweite, um ein Vorwort erweiterte Auflage, S. 94–103). Klett-Cotta.
- Slocum, J. (1901). *Sailing Alone Around the World*. New York, NY: The Century Co.
- Sprang, G., & Silman, M. (2013). Posttraumatic Stress Disorder in Parents and Youth After Health-Related Disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 7(1), 105–110.
- Stahl, S. (2013). *Stahl's Essential Psychopharmacology. Neuroscientific Basis and Practical Applications*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Stravynski, A., & Boyer, R. (2001). Loneliness in relation to suicide ideation and parasuicide: a population-wide study. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 31(1), 32–40.
- Taylor, M. R., Agho, K. E., Stevens, G. J., & Raphael, B. (2008). Factors influencing psychological distress during a disease epidemic: Data from Australia's first outbreak of equine influenza. *BMC Public Health*, 8(1), 347.
- Teunisse, R. J., Zitman, F. G., & Raes, D. C. (1994). Clinical evaluation of 14 patients with the Charles Bonnet syndrome (isolated visual hallucinations). *Comprehensive Psychiatry*, 35(1), 70–75.
- Teunisse, R. J., Cruysberg, J. R., Hoefnagels, W. H., Kuin, Y., Verbeek, A. L., & Zitman, F. G. (1999). Social and psychological characteristics of elderly visually handicapped patients with the Charles Bonnet Syndrome. *Comprehensive Psychiatry*, 40(4), 315–319.
- Wiktorsson, S., Runeson, B., Skoog, I., Ostling, S., & Waern, M. (2010). Attempted suicide in the elderly: characteristics of suicide attempters 70 years and older and a general population comparison group. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 18(1), 57–67.
- Wu, P., Fang, Y., Guan, Z., Fan, B., Kong, J., Yao, Z., Liu, X., Fuller, C. J., Susser, E., Lu, J., & Hoven, C. W. (2009). The Psychological Impact of the SARS Epidemic on Hospital Employees in China: Exposure, Risk Perception, and Altruistic Acceptance of Risk. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 54(5), 302–311.