

Angststörung

Die Angststörung ist ein Sammelbegriff für eine psychische Störung, bei der eine unspezifische Angst oder die konkrete Furcht vor einem Objekt oder einer Situation im Vordergrund steht. Im letzteren Fall einer konkreten Furcht spricht man von einer Phobie oder genauer einer Phobischen Störung. Auch die Panikstörung, bei der Ängste zu Panikattacken führen, zählt zur Angststörung.

Allen Angststörungen ist gemeinsam, dass die Betroffenen übermäßig starke Ängste haben vor Dingen, vor denen Menschen ohne Angststörung keine oder in weit geringerem Maß Angst oder Furcht empfinden können. Angst ist zunächst ein notwendiger und normaler Affekt.

Menschen mit Angststörungen empfinden selber oft gar nicht die Angst als das hervorstechende Symptom. Stattdessen werden häufig körperliche Symptome, wie etwa Schwindel, Herzrasen, Zittern, verminderte Belastbarkeit oder auch Magen-Darm-Beschwerden zuerst genannt.

Die Unterteilung der Angststörungen in der Internationalen Klassifikation psychischer Störungen ist wie folgt:

Phobische Störungen

- **Agoraphobie:** Furcht vor oder Vermeidung von Menschenmengen, öffentlichen Plätzen, Reisen allein oder Reisen von Zuhause weg.
- **Soziale Phobie:** Furcht vor oder Vermeidung von sozialen Situationen, bei denen die Gefahr besteht, im Zentrum der Aufmerksamkeit zu stehen, Furcht, sich peinlich oder beschämend zu verhalten, zum Beispiel Paruresis.
- **Spezifische Phobien.** Diese können nach bestimmten Objekten oder Situationen unterschieden werden:
 - Tierphobien: zum Beispiel Angst vor Spinnen (Arachnophobie), Insekten, Hunden, Mäusen.
 - Situative Phobien: Flugangst, Höhenangst, Tunnel, Aufzüge, Dunkelheit
 - Natur-Phobien: zum Beispiel Donner, Wasser, Wald, Naturgewalten.
 - Anblick von Blut, Spritzen, Verletzungen.
- **Sonstige phobische Störungen**
- **Phobische Störung, nicht näher bezeichnet**

Andere Angststörungen

- **Panikstörungen:** Spontan auftretende Angstattacken, die nicht auf ein spezifisches Objekt oder eine spezifische Situation bezogen sind. Sie beginnen abrupt, erreichen innerhalb weniger Minuten einen Höhepunkt und dauern mindestens einige Minuten an.
- **Angst und depressive Störung, gemischt:** Angst und Depression sind gleichzeitig vorhanden, eher leicht ausgeprägt ohne Überwiegen des einen oder anderen.
- **Generalisierte Angststörung:** Eine diffuse Angst mit Anspannung, Besorgnis und Befürchtungen über alltägliche Ereignisse und Probleme über einen Zeitraum von mindestens sechs Monaten, begleitet von weiteren psychischen und körperlichen Symptomen.

Angststörung: Ursachen &

Symptome

Angststörung: Diagnostik & Therapie