Klimawandel, Psyche und Rehabilitation

eine psychiatrisch-psychotherapeutische Perspektive

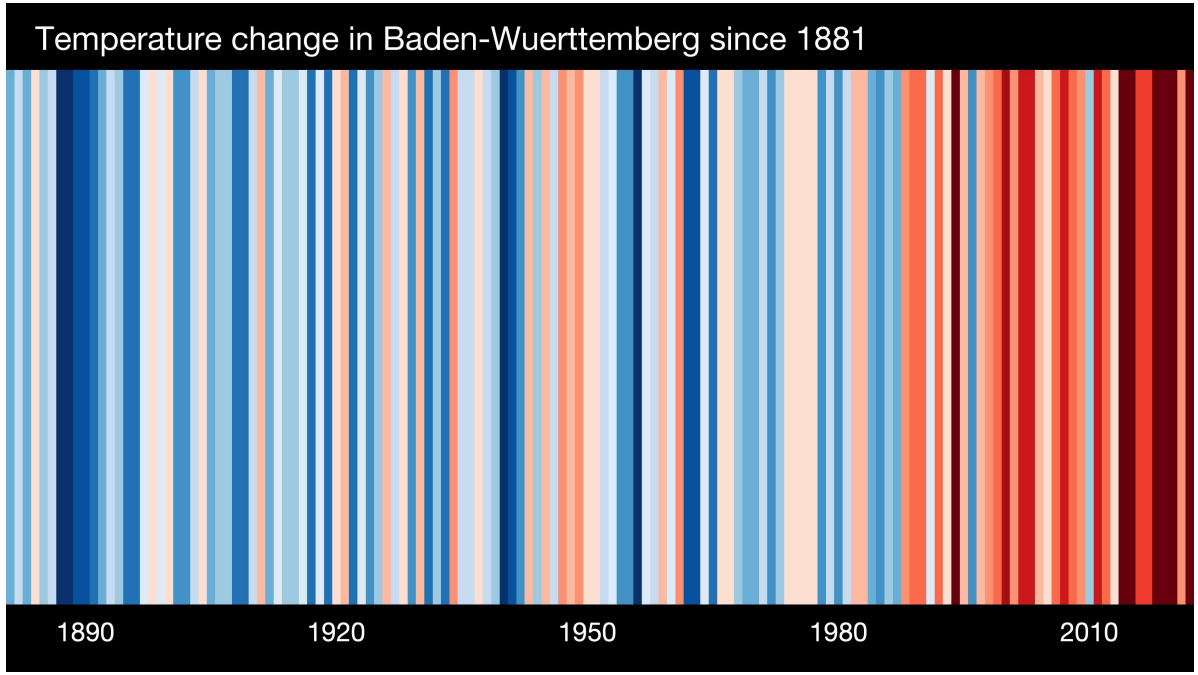
PD Dr. med. Hans Knoblauch
Dipl.-Psych. Monika Stöhr, PP

Allgemeinpsychiatrie Wangen

zfp
Südwürttemberg

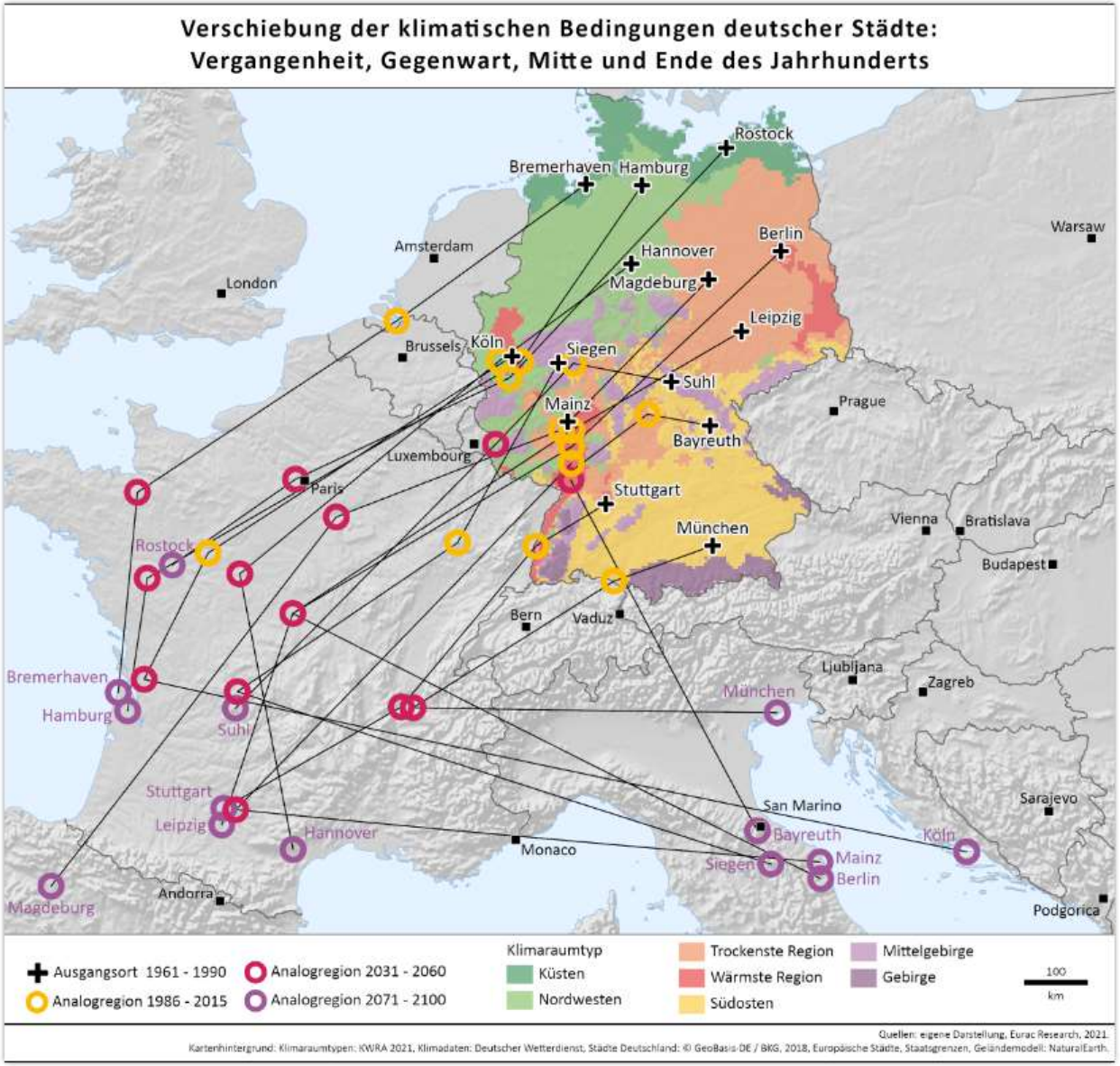
5 Kerninfos zum Klimawandel in 20 Worten

1. **Er ist real.**
2. **Wir sind die Ursache.**
3. **Er ist gefährlich.**
4. **Die Fachleute sind sich einig.**
5. **Wir können noch etwas tun.**

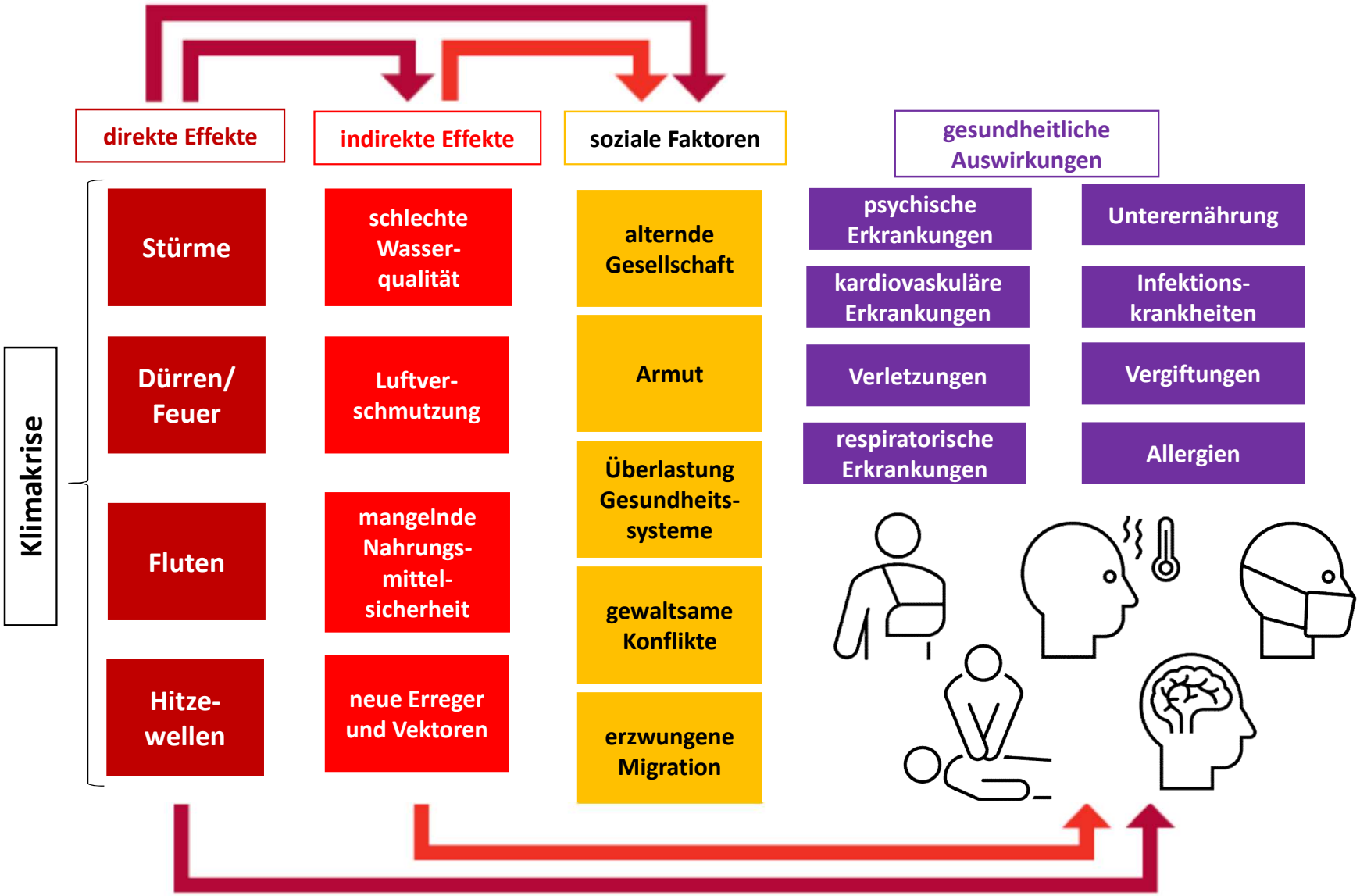


https://showyourstripes.info/

https://www.deutsches-klima-konsortium.de/de/basisfakten.html



https://www.umweltbundesamt.de/klimatische-zwillingsstaedte-in-europa#klimatische-verschiebung-deutscher-regionen-nach-sudwesteuropa



Quelle: adaptiert nach Watts et al. 2015: Health and climate change: policy responses to protect public health. Lancet. 386(10006):1861-914. doi: 10.1016/S0140-6736(15)60854-6. PMID: 26111439

Psychischer Stress durch umweltbedingte wirtschaftliche Krisen

Studie zu **Suizidraten** in 29 europäischen Ländern 2000–2012

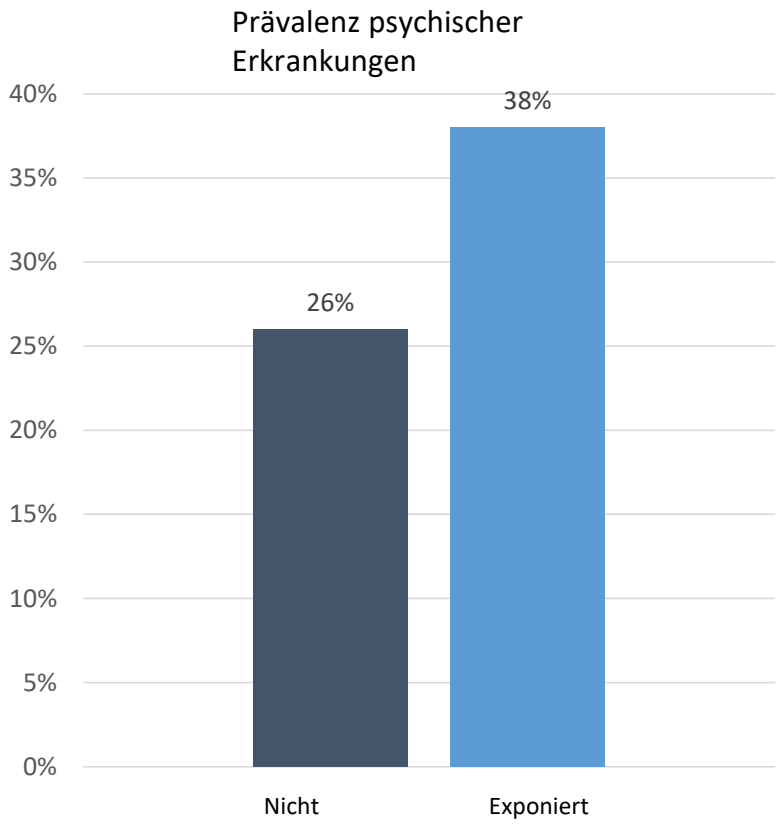
- ökonomische Faktoren wie Arbeitslosigkeit, Inflation und Bruttoinlandsprodukt erklären einen Teil der Schwankungen von Suizidraten
- 26,9 % der Anstiege von Suiziden durch Männer und 11,5 % der Anstiege von Suiziden durch Frauen können damit erklärt werden

Fountoulakis et al., 2016

Psychische Folgen von Extremwetter-Ereignissen

30 Tage nach Hurrikan Katrina 2005 im Südosten der USA

- trat Suizidalität doppelt so häufig auf
- zeigte jede 3. Person PTBS-Symptome
- litt jede 2. Person an Angststörungen oder Depression



Meta-Analyse von Beaglehole et al., 2018

Lane et al. 2013, Cianconi et al. 2020

http://ecoamerica.org/wp-content/uploads/2017/03/ea-apa-psych-report-web.pdf

Solastalgie

schmerzliches Vermissen der Heimat, wie sie nie mehr sein wird

Psychische Krisenstrategien

Chmielewski, F. (2023): Globale Krisen in der Psychotherapie. Beltz

Erduldung / Freeze

Hilflosigkeit, Angst, Schuld, Hoffnungs-/Sinnlosigkeitserleben

mangelnde Selbstwirksamkeitserwartung, Katastrophisieren, negative Zukunftsoptionen

Resignation, Passivität, Lähmung

Vermeidung / Flight

Gleichgültigkeit

Bagatellisieren, passive Hoffnung

Vermeidung, Ablehnung, blame-shifting, Leugnen

Überkompensation / Fight

Wut, Stress, Verachtung, Ekel

Schwarz-Weiß-Denken, tribalistisches Denken und Feindseligkeit, Selbstüberschätzung

Engagement bis zur Aufopferung, mangelnde Selbstfürsorge, Aktionismus

Therapieinterventionen

Chmielewski, F. (2023): Globale Krisen in der Psychotherapie. Beltz

Gesunde Krisen-Antworten entwickeln

- Akzeptanz statt Erduldung
- Selbstfürsorge (Pausieren) statt Vermeidung
- Engagement statt Überkompensation

Reflektierte, bewusste Entscheidung über Umgang mit den Krisen statt automatische Alarmreaktionen

Frustrierte Bedürfnisse und Werte in Krisenzeiten erfüllen

- innerhalb oder außerhalb der Krise
- z.B. Bindung in der Isolation, Freiheit in der Freiheitsbeschränkung
- Frustrationen aushalten

“Das Allgäu wird zur Sahelzone”

- 62jähriger Dachdecker, verheiratet, Kinder, Eigenheim mit Blick ins Grüne
- hoher Heimat- und Umweltbezug
- bisher “Klimasorgen”, aber keine Ängste
- binnen 10 Monaten OP gutartiger Parotistumor, COVID-19 und Herz-OP

➢ in schwer depressiver Akutphase: **apokalyptischer Wahn** ungeahnt rascher Versteppung der Allgäuer Voralpenlandschaft, mit Zusammenbruch der Milchviehwirtschaft und vielen Hitzetoten

Knoblauch, H. (2022). Das Allgäu wird zur Sahelzone. *Psychiatrische Praxis*.
DOI: 10.1055/a-1749-0989

Wer in unsere Klimasprechstunde kommt

	Fallbeispiel
Klimabezogene psychische Belastungen	▪ 50jährige Pharmazeutin mit Angst, Scham und Schuldgefühlen; kognitive Dissonanzen, intrafamiliäre Konflikte bzgl. Klimaschutz ▪ 26jähriger Psychotherapeut in Ausbildung, der nach „activist burnout“ mit Rückkehr in Klimaschutz-engagement hadert
Klimakrise + bestehende psychische Störungen	▪ 50jähriger Physiotherapeut, der sich wegen Ignoranz der Mitmenschen zunehmend isoliert (fühlt) und dies versucht „weg zu meditieren“; eigener V. a. Autismus-Spektrum-Störung

Kategorien aus Brakemeier, Karl, Stapel & Meyer-Lindenberg, PSYCH *up2date* 5-2024, Psyche in der Klimakrise?

Wer (noch?) nicht (aktiv) zu uns kommt

	Fallbeispiel
Klimakrise als Auslöser psychischer Störungen	
Neue klimakrisenbedingte psychische Probleme	▪ 23jährige Psychologie-Studentin, die wegen Klimaangst und Solastalgie vergeblich nach einem ambulanten Psychotherapie-Platz sucht
Klima als zusätzliche Belastung	• 55jähriger Techniker mit schizophrenem Residuum und Alkoholabhängigkeit, der wegen Umweltzerstörung besorgt ist und der Familiengründung des Sohns ambivalent gegenübersteht • 60jähriger Bauarbeiter in schizomanischer Episode mit erhöhtem Lithium-Spiegel in Hitzewelle

Kategorien aus Brakemeier, Karl, Stapel & Meyer-Lindenberg, PSYCH *up2date* 5-2024, Psyche in der Klimakrise?

Profikiller Hitze

- Hitzesommer 2003 → tödlichste Naturkatastrophe Europas der letzten 100 Jahre; nur ein Erdbeben in Messina 1908 forderte mehr Opfer

- im August 2003 starben 70.000 Menschen an Hitzefolgen, darunter 7300 Deutsche

- Übersterblichkeit in Deutschland 20%

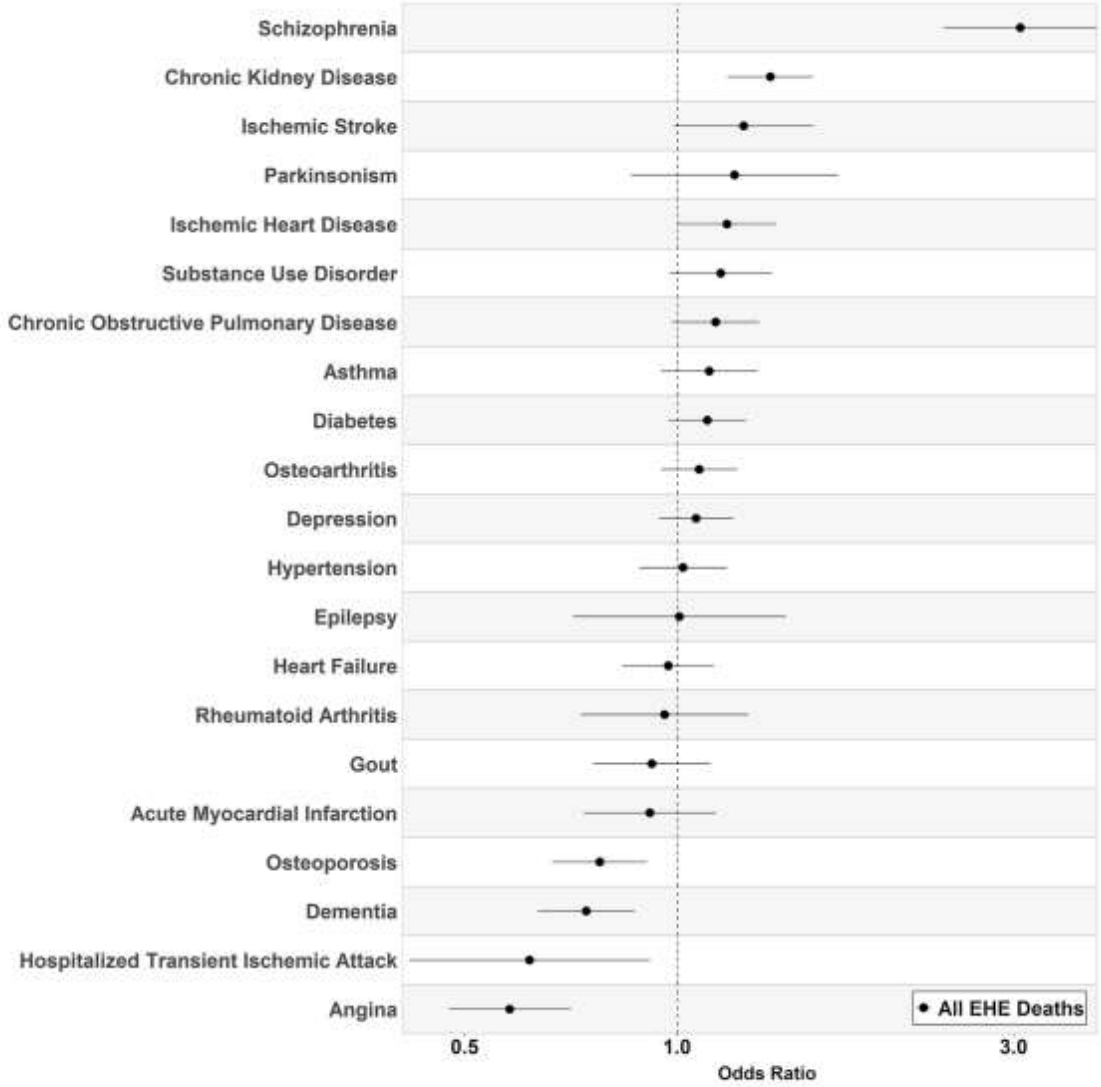


Figure 4. Chronic diseases and odds of mortality during the 2021 extreme heat event (EHE). Odds ratios (ORs) and 95% confidence intervals, derived from conditional logistic regression, for each chronic disease (adjusted for age, sex, and all other chronic diseases) among all EHE deaths compared with typical weather deaths. The chronic diseases are ordered from top to bottom by the OR point estimates.

740 zusätzliche Todesfälle während historischer Hitzewelle in Kanada 25.06. - 02.07.2021

Menschen mit Schizophrenie hatten ein 3 x so großes Risiko in Hitzewelle zu sterben

Lee et al., GeoHealth, 2023

Hitze und Aggression

Temperatur °C	Anzahl Aggressionen	Anzahl Tage	Anzahl Aggressionen pro Tag (MW/SD)
< 30,0	38.190	4.541	8,4 (5,5)
< 30,0 – 30,5	565	59	9,6 (5,6)
30,5 – 31,5	798	82	9,7 (6,5)
31,5 – 32,5	297	33	9,0 (4,5)
32,5 – 33,5	189	18	10,5 (6,3)
> 33,5	167	15	11,1 (5,7)

Eisele, F., Flammer, E., Steinert T. & Knoblauch, H. (2021). Aggressive incidents in psychiatric hospitals on heat days. *BJPsych Open , 7* (4), e99.
https://doi.org/10.1192/bjo.2021.33

Risikogruppen in Bezug auf Hitze

- ältere, arme und sozial isolierte Menschen
- **Menschen mit Handicaps oder Vorerkrankungen**
- Menschen, die im Freien arbeiten müssen
- Schwangere
- Menschen in Regionen „am Limit“ (Sahelzone)
- **Menschen mit psychischen Erkrankungen**
  - Depression und Suizidalität nehmen zu
  - bei Demenz, Schizophrenie und Substanzmissbrauch erhöhte Sterblichkeit bei Hitzewellen

Berry et al. (2010). Climate change and mental health. Int. J. Public Health

Heidelberger Hitze-Tabelle für Medikamente

- bei Hitze ggf. Dosisanpassung erforderlich

  z. B. bei Antihypertensiva, Insulin, Schmerzpflastern

- Spiegelkontrollen (z. B. bei Lithium) – Flüssigkeitszufuhr ausreichend?

- Psychopharmaka beeinflussen die Thermoregulation
  - anticholinerg = verminderte Schweiß-Sekretion
    (trizyklische Antidepressiva, Neuroleptika)
  - zentral (Malignes Neuroleptisches Syndrom)
  - peripher s.o. (Levomepromazin/Neurocil)

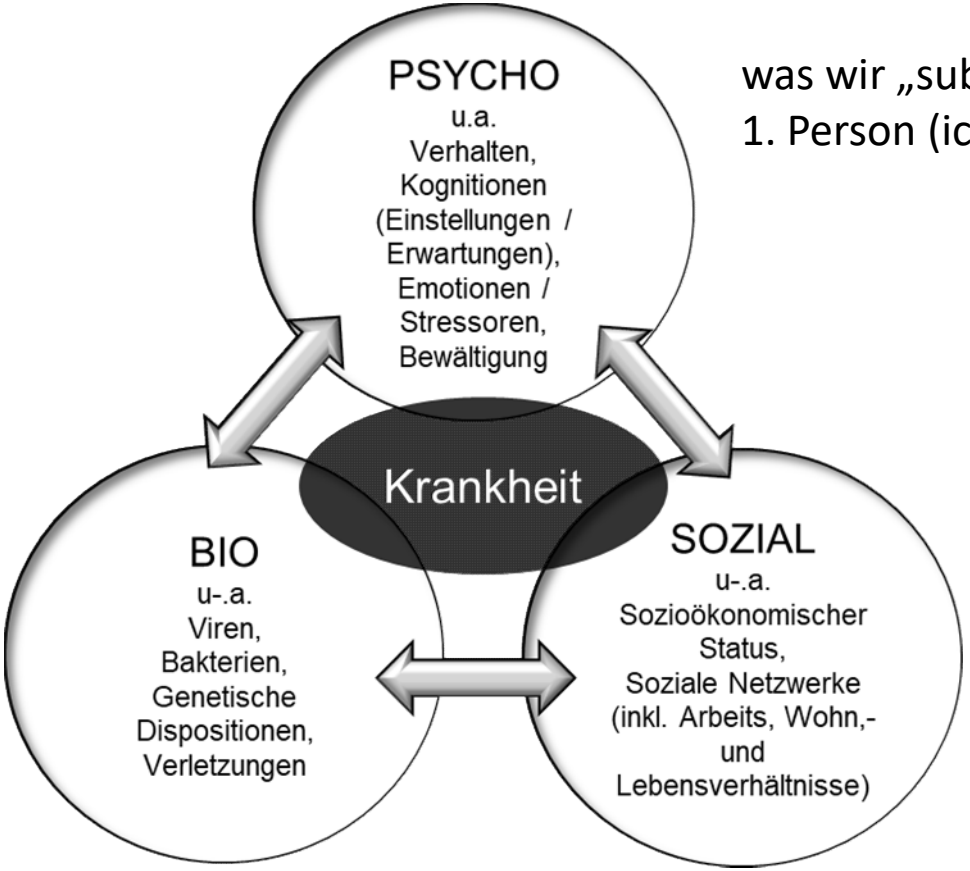
- Haut: phototoxische Reaktionen (verschiedene Antidepressiva, Antipsychotika, Johanniskraut, Antiepileptika, …)

- **Lagerung von Medikamenten** (Räume im Sommer aufgeheizt?)

Das bio-psycho-soziale Modell von Gesundheit und Krankheit

nach George L. Engel (1913–1999)

was wir „subjektiv“ erfahren können
1. Person (ich), die Innenseite



was Sozialarbeiter:innen
und die Gemeindepsychiatrie
machen (die)

was wir „objektiv“
messen können
3. Person (es), die Außenseite

Bio-Psycho-Sozio-Plus-Modell

Wohin gehören in diesem Modell die Biosphäre, das Klima, unsere Städte?

- zum Bio-Teil?
- zum Sozio-Teil?
- zur Lebenswelt?

„Und das bio-psycho-soziale Modell bedarf einer mit viel Inhalt gefüllten Erweiterung als bio-psycho-soziales-lebensweltbezogenes Konzept von Krankheit und Gesundheit“ (Steinert)