

# ZWANGSSTÖRUNGEN

Sie können Ihre Handlungen und Gedanken selbst bestimmen



---

## WENN ZWANGSSTÖRUNGEN DEN ALLTAG BESTIMMEN

Sind meine Hände auch wirklich sauber? Habe ich wirklich die Haustür abgeschlossen und ist der Küchenherd abgestellt? Solche Gedanken kennt jeder von uns. Jeder ist auch schon einmal zurückgegangen, um zu überprüfen, ob die Haustür tatsächlich abgeschlossen war. Doch bei Menschen mit einer Zwangserkrankung ist es damit nicht getan: Sie sehen zehnmals nach, ob die Tür verschlossen ist, und kommen dadurch zu spät zur Arbeit oder zu Verabredungen. Oder sie waschen sich die Hände so oft, dass die Haut austrocknet und aufreißt. Dabei wissen sie, dass ihr Handeln überzogen oder unsinnig ist, sie können es aber nicht lassen. Der Zwang bestimmt ihr Leben und schränkt die Lebensqualität deutlich ein.

**Autor:**

**Dr. Brolund-Spaether**

Chefarzt und Ärztlicher Direktor  
LIMES Schlosskliniken

# ZAHLEN UND FAKTEN

Zwangsstörungen sind die **VIERTHÄUFIGSTE** psychische Erkrankung in Deutschland.<sup>1</sup>

Rund **2,3 MILLIONEN ERWACHSENE** in Deutschland – also rund zwei bis drei Prozent der Bevölkerung – sind im Laufe ihres Lebens von einer Zwangskrankheit betroffen.<sup>1</sup> Da viele Betroffene aus Scham nie einen Arzt aufsuchen, gibt es eine hohe Dunkelziffer: Schätzungen gehen davon aus, dass nur ein Drittel der Patienten jemals einen Arzt aufsucht.<sup>2</sup>

Bei **95 PROZENT** der Betroffenen tritt die Erkrankung vor dem 40. Lebensjahr auf.<sup>3</sup>

Bei circa **50–70 PROZENT** der Betroffenen treten vor Erkrankungsbeginn belastende Lebensereignisse oder besonderer Stress auf, wie zum Beispiel der Tod eines Angehörigen, der Bau eines Hauses oder eine Schwangerschaft.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Quelle: Jacobi F. et al., Zeitschrift: Der Nervenarzt, 2014; 85 (1): 77–87

<sup>2</sup> Quelle: S3-Leitlinie Zwangsstörungen, (AWMF-Registernummer 038/017); <https://www.awmf.org/leitlinien/detail/II/038-017.html>

<sup>3</sup> Quelle: Berger, Mathias: Psychische Erkrankungen: Klinik und Therapie – Enhanced eBook, Edinburgh, New York: Elsevier Health Sciences, 2018





VIelfältige

# ZWÄNGE

Zwangsstörungen äußern sich in unerwünschten Gedanken oder zwanghaften Handlungen, die mindestens über einen Zeitraum von zwei Wochen an den meisten Tagen auftreten. Dabei sind sich die Betroffenen der Tatsache bewusst, dass die Gedanken und Handlungen unsinnig und übertrieben sind. Trotzdem können sie diese Verhaltensweise nicht auf Dauer unterdrücken, da dies unangenehme Gefühle wie Angst, Unbehagen oder Ekel auslöst. Oftmals schämen sie sich für ihr Verhalten oder ihre Gedanken, sodass weder Familie noch Freunde von der Erkrankung wissen. Auch suchen sie sich aus Scham oft keine Hilfe. Die Zwänge werden über Jahre Teil des Lebens und in einigen Fällen geht das Bewusstsein für die Unsinnigkeit der Handlungen verloren.

Die Erkrankung verläuft zumeist chronisch, auch wenn die Zwänge mal stärker oder schwächer auftreten können. Da das Ausmaß der Zwänge zunehmen kann, bestimmen sie ohne professionelle Hilfe oftmals das Leben der Betroffenen und schränken die Lebensqualität stark ein.

Nach Beginn einer Zwangserkrankung dauert es im Durchschnitt 7,5 Jahre, bis die Betroffenen professionelle Hilfe suchen. Bis zu einer adäquaten Therapie vergehen im Durchschnitt 17 Jahre.<sup>2</sup>

## ZWANGSSTÖRUNGEN KÖNNEN HEUTE GUT BEHANDELT WERDEN.

Suchen Sie sich daher frühzeitig Hilfe, wenn Gedanken oder Handlungen, die Sie für unsinnig halten, Ihr Leben bestimmen. Sie müssen sich dafür nicht schämen. Im Gegenteil: Sie sind mit Ihrem Leiden nicht allein! Ihr Hausarzt oder ein Spezialist wie ein Psychiater oder ein Psychotherapeut ist der richtige Ansprechpartner, um zu klären, ob eine Zwangsstörung vorliegt. Mit der individuell passenden Behandlung bekommen Sie Ihre Zwänge gut in den Griff und gewinnen die Kontrolle über Ihren Alltag zurück.

# ZWANGSGEDANKEN UND ZWANGSHANDLUNGEN

## ZWANGSGEDANKEN

Zwangsgedanken sind Ideen, Vorstellungen oder Impulse, die sich den Betroffenen gegen deren Willen immer wieder aufdrängen. Sie werden als unangenehm oder quälend empfunden.

### Typische Themen von Zwangsgedanken sind zum Beispiel

- Sorge vor Ansteckung mit Erkrankungen, Vergiftung oder Verschmutzung,
- Streben nach Symmetrie oder Ordnung,
- Aggressionen, die in Gedanken gegenüber anderen, auch nahestehenden Personen umgesetzt werden, verbunden mit der Angst, dass diese Vorstellungen real werden könnten,
- Sexualität, beispielsweise wenn ein Betroffener fürchtet, einen anderen Menschen unsittlich berührt zu haben,
- Zweifel an und Unsicherheit über die eigenen Handlungen.

Dabei sind die Zwangsgedanken oft alltäglichen Gedanken sehr ähnlich, jedoch ungleich intensiver und häufiger. Die Betroffenen erleben sie als lästig und aufdringlich.

Aggressive oder sexuelle Handlungen, die in den Gedanken enthalten sind, würden die Erkrankten jedoch nie umsetzen. Trotzdem sind die Betroffenen durch ihre Gedanken stark verunsichert.

Um den Zwangsgedanken und den damit verbundenen Gefühlen wie Angst, Anspannung oder Unruhe aus dem Weg zu gehen, meiden die Erkrankten Situationen, die diese Gedanken bei ihnen auslösen. Das kann zu persönlicher Isolation durch Rückzug aus dem Freundeskreis und gegenüber der Familie führen.

In einigen Fällen besteht die Überzeugung, dass bestimmte gedankliche Rituale, beispielsweise ein Gebet, die Zwangsgedanken neutralisieren könnten. Zusätzlich versuchen die Patienten oft die Gedanken mit inneren Gegenargumenten zu neutralisieren, was zu inneren quälenden Dialogen führt.

## ZWANGSHANDLUNGEN

Zwangshandlungen erfolgen aus einem inneren Zwang heraus, obwohl der Betroffene weiß, dass sie unsinnig oder stark übertrieben sind. Sie werden gegen besseres Wissen immer wieder in derselben Form ausgeführt, auch mehrfach hintereinander.

### Typische Zwangshandlungen sind zum Beispiel

- Waschzwang,
- Putzzwang,
- Kontrollzwänge,
- Ordnungszwänge,
- Berührungszwänge,
- Sammelzwänge,
- Zählzwang wie drei Mal bis 20 zählen,
- zwanghaftes Wiederholen von Gebeten, Sätzen oder Wörtern.

Diese Handlungen laufen dann oft nach bestimmten Regeln ab. Beim Zwang, das Ausschalten des Herds zu kontrollieren, kann das bedeuten, dass immer alle Herdplatten in einer bestimmten Reihenfolge durch Antippen mit dem Finger kontrolliert werden müssen. Kommt die Reihenfolge durcheinander, muss die Kontrolle erneut begonnen werden. Andernfalls, so die Überzeugung des Betroffenen, kommt es zu einer Katastrophe. Daher können Zwangshandlungen komplex und zeitaufwendig sein. Erst wenn sie korrekt ausgeführt wurden, empfindet der Erkrankte kurzfristig Erleichterung und ein gewisses Maß an Sicherheit.

Zwangsgedanken und Zwangshandlungen treten in der Regel gemeinsam auf.



DEN ZWANGSKREISLAUF  
ZU DURCHBRECHEN, IST AUS  
EIGENER KRAFT NICHT  
MÖGLICH.

## WENN ZWÄNGE DEN ALLTAG BESTIMMEN

Zwangserkrankungen schleichen sich gewissermaßen ins Leben der Betroffenen und nehmen mit der Zeit immer mehr Raum ein. Ein Ignorieren des Zwangs ist für sie nicht möglich, da sie dann eine innere Unruhe und Angst verspüren. Die Zwänge können dabei ein Ausmaß annehmen, das ein normales Leben unmöglich macht, beispielsweise wenn ein Kontrollzwang dazu führt, dass die Erkrankten das Haus nicht mehr verlassen können. Möglich ist auch, dass ein Waschzwang die Haut an Händen und Körper schädigt.

Den Zwangskreislauf zu durchbrechen, ist aus eigener Kraft in der Regel nicht möglich. Die Erleichterung, die die Betroffenen zumindest kurzfristig durch das Umsetzen des Zwangs empfinden, trägt ebenso zur Verfestigung des Zwangs bei, wie das Ausbleiben gegenteiliger Erfahrungen: Die Erkrankten erleben durch ihr Vermeidungsverhalten nicht, dass die von ihnen befürchteten Folgen ausbleiben, auch wenn sie ihrem Zwang nicht nachgeben. Darüber hinaus vertrauen sie sich selbst nicht und stellen das Ergebnis ihrer Prüfungen immer wieder infrage. Daher können sie dem Teufelskreis ihrer Zwangsstörung nicht entkommen. Das ist mit professioneller Hilfe möglich. Sprechen Sie daher unbedingt mit Ihrem Hausarzt oder einem Spezialisten wie einem Psychiater, wenn Sie unter Zwangsgedanken oder Zwangshandlungen leiden.

## WEG FÜR ANDERE ERKRANKUNGEN

Zwangsstörungen können zusammen mit anderen psychischen Erkrankungen auftreten. Diese Erkrankungen können schon vor der Zwangsstörung bestehen oder erst in deren Verlauf hinzukommen. Zu diesen Erkrankungen gehören zum Beispiel

- Depressionen,
- Angststörungen,
- Alkoholabhängigkeit,
- Essstörungen.<sup>1</sup>

Für die Therapie der Zwangsstörung, aber auch der weiteren Erkrankung, ist es wichtig, dass diese Leiden gemeinsam behandelt werden. Zeigt eine Begleiterkrankung, beispielsweise eine Depression oder eine posttraumatische Belastungsstörung, sehr starke Symptome, kann es notwendig sein, diese Erkrankung vorrangig zu behandeln. Daher sollten die Betroffenen bei einem erfahrenen Arzt oder Therapeuten oder in einer spezialisierten Klinik wie den LIMES Schlosskliniken Hilfe suchen.

<sup>1</sup> Quelle: S3-Leitlinie Zwangsstörungen, (AWMF-Registernummer 038/017); <https://www.awmf.org/leitlinien/detail/II/038-017.html>

# URSACHEN

Die eine Ursache für eine Zwangsstörung gibt es nicht. Vielmehr spielen verschiedene psychologische, umweltbedingte und biologische Faktoren eine Rolle. Welche Einflüsse zum Krankheitsgeschehen beitragen, ist individuell verschieden.

## GENETISCHE URSACHEN

Zwangsstörungen treten häufig bei mehreren Mitgliedern einer Familie auf: In rund zwölf Prozent der Fälle leiden auch Geschwister, Eltern oder Kinder eines Betroffenen an dieser Erkrankung. Zudem deuten auch Zwillingsstudien auf eine genetische Beteiligung hin. Daraus folgern die Experten, dass eine genetische Veranlagung bei der Entstehung der Zwangsstörung eine Rolle spielen könnte.

## PSYCHOLOGISCHE FAKTOREN

Auch die Erziehung und persönliche Erfahrungen haben Einfluss auf die Entwicklung einer Zwangsstörung. Bei der Erziehung scheinen eine übertriebene Sauberkeitserziehung oder eine starke Einschränkung der Entscheidungsfreiheit des Kindes eine Rolle zu spielen, im späteren Verlauf des Lebens eine Zwangsstörung zu entwickeln.

Menschen mit einer Zwangsstörung sind oft besonders verantwortungsbewusst. Sie schätzen Risiken höher ein als sie sind. Zudem stellen sie infrage, ob sie ihren eigenen Wahrnehmungen trauen können, zum Beispiel, ob sie den Herd wirklich ausgeschaltet haben. Oftmals neigen die Betroffenen auch zu Perfektionismus. Darüber hinaus können Verlusterfahrungen wie der Tod nahestehender Menschen oder Vernachlässigung sowie Missbrauch in der Kindheit zum Auftreten einer Zwangsstörung beitragen.

Psychische Belastungen wie Stress oder auch starke Gefühle wie Ängste können das Auftreten einer Zwangsstörung begünstigen.



## NEUROBIOLOGISCHE FAKTOREN

Ein gestörtes Gleichgewicht der Botenstoffe im Gehirn könnte ebenfalls einen Einfluss auf die Entstehung einer Zwangsstörung haben. Diese Botenstoffe werden auch Neurotransmitter genannt. Ihre Aufgabe ist es, Signale zwischen den Nervenzellen weiterzugeben. Bei Zwangserkrankungen stehen die Botenstoffe Serotonin und Dopamin im Mittelpunkt, da sie unter anderem für Stimmung und Impulsivität mitverantwortlich sind.

Bildgebende Verfahren wie Magnetresonanztomographie (MRT) und Positronen-Emissions-Tomographie (PET) zeigen bei einigen Menschen mit Zwangserkrankungen zudem Veränderungen in bestimmten Bereichen des Gehirns. Dort scheinen Bereiche, die für die präzise Ausführung bestimmter Handlungen zuständig sind, überaktiv zu sein. Dadurch können die Erkrankten bestimmte Handlungen – beispielsweise die Kontrolle, ob der Herd ausgeschaltet ist – nicht unterbrechen. Die Handlungen verselbstständigen sich.

# DIAGNOSE

Ausschlaggebend für die Diagnose einer Zwangsstörung ist, dass die Zwangssymptome über einen Zeitraum von mindestens zwei Wochen an den meisten Tagen auftreten. Nach der ICD-10, der Internationalen Klassifikation der psychischen Krankheiten der Weltgesundheitsorganisation (WHO), gelten zudem folgende Kriterien:

- Zwangsgedanken werden als zur eigenen Person gehörend und nicht als von außen eingegeben empfunden.
- Die Betroffenen versuchen, sich gegen die Zwangssymptome zu wehren, jedoch ohne oder nur mit geringem Erfolg.
- Die Zwangssymptome wiederholen sich immer auf die gleiche Art und Weise, das heißt, sie laufen stereotyp ab. Sie sind für den Betroffenen unangenehm und werden als sinnlos oder übertrieben empfunden.
- Die Betroffenen leiden unter den Zwangsgedanken oder Zwangshandlungen und ihr Alltag beziehungsweise ihre Leistungsfähigkeit sowie die Lebensqualität sind eingeschränkt.

Bei der Diagnose müssen andere psychische Erkrankungen wie Depression oder Angststörungen mitberücksichtigt werden (siehe S. 5). Zudem müssen körperliche Ursachen für die Zwangssymptome ausgeschlossen werden. Daher erfolgt eine umfassende neurologische und internistische Untersuchung. In Einzelfällen können dabei Untersuchungen wie eine Elektroenzephalografie (EEG) oder eine Kernspintomografie des Kopfes notwendig sein.

Informationen über die Zwangsstörung gewinnt der Arzt durch ein ausführliches Patientengespräch, bei dem er verschiedene psychologische Fragebögen einsetzen kann. Fünf einfache Fragen geben jedoch schon einen wichtigen Hinweis darauf, ob eine Zwangsstörung vorliegt:

- Achten Sie bei Ihren persönlichen Dingen auf extreme Sauberkeit oder waschen oder reinigen Sie sich häufig?
- Überprüfen oder kontrollieren Sie viel?
- Gibt es Gedanken, die Sie beunruhigen oder die Sie gern loswerden möchten, aber nicht abschütteln können?
- Benötigen Sie viel Zeit, um Ihre täglichen Verrichtungen/Aufgaben auszuführen?
- Beschäftigen Sie sich viel mit Ordnung und Symmetrie?

STEHT DIE DIAGNOSE ZWANGSSTÖRUNG FEST, IST ES WICHTIG, DASS DIE BETROFFENEN EINE PROFESSIONELLE THERAPIE ERHALTEN, DENN OHNE HILFE IST ES NICHT MÖGLICH, DEN KREISLAUF AUS ZWANGSSYMPTOMEN ZU DURCHBRECHEN.

Die Behandlung kann ambulant oder in einer auf die Behandlung von Zwangsstörungen spezialisierten Klinik wie den LIMES Schlosskliniken erfolgen.



# BEHANDLUNG UND THERAPIE

Die Behandlung der Zwangsstörung ist der Dreh- und Angelpunkt, um die Symptome der Erkrankung zu lindern oder ganz verschwinden zu lassen. Für viele Patienten bedeutet es aber schon einen deutlichen Zuwachs an Lebensqualität, wenn die Therapie die Intensität der Zwangsgedanken oder die Häufigkeit der Zwangshandlungen verringert.

Je nach individueller Situation des Betroffenen schlägt der Arzt eine Psychotherapie oder eine Kombination aus Psychotherapie und medikamentöser Behandlung vor. Eine rein medikamentöse Behandlung hingegen wird in der Regel nicht eingesetzt. Die Therapie kann ambulant oder in einer spezialisierten Einrichtung wie den LIMES Schlosskliniken erfolgen. Ziel ist es, dass die Symptome der Zwangsstörung so weit gelindert werden, dass der Patient sich wieder wohlfühlt und in seinem privaten und beruflichen Alltag nicht eingeschränkt ist.

ZUR BEHANDLUNG VON ZWANGSSTÖRUNGEN HAT SICH DIE KOGNITIVE VERHALTENS-THERAPIE (KVT) BEWÄHRT. DIESE KANN DURCH MEDIKAMENTE UND ERGÄNZENDEN BEHANDLUNGSVERFAHREN WIE ENTSPANNUNGSTECHNIKEN ERGÄNZT WERDEN.



## PSYCHOTHERAPIE

Als psychotherapeutisches Verfahren wird primär die kognitive Verhaltenstherapie bei der Behandlung von Zwangsstörungen eingesetzt. Im Rahmen dieser Therapie setzt sich der Betroffene in Begleitung des Therapeuten schrittweise den Reizen aus, die die Zwangssymptome auslösen. Er lernt, mit den aufkommenden unangenehmen Gefühlen umzugehen, ohne die Zwangshandlung auszuführen. So macht der Patient die Erfahrung, dass die befürchtete Situation ausbleibt, selbst wenn er seinem Zwang nicht nachgibt. Zudem lernt er, dass er die mit dem auslösenden Reiz verbundenen Gefühle bewältigen kann, ohne dem Zwang nachzugeben. Sind Angehörige aktiv in die Zwangshandlungen oder -gedanken einbezogen, empfiehlt es sich, diese ebenfalls an der Therapie zu beteiligen.

## MEDIKAMENTÖSE BEHANDLUNG

Die psychotherapeutische Behandlung kann durch Medikamente ergänzt werden. Eine Zwangsstörung nur medikamentös zu behandeln, ist in der Regel keine Lösung. Nicht selten aber ermöglicht eine medikamentöse Therapie erst den Zugang zu einer psychotherapeutischen Behandlung.

Patienten mit Zwangssymptomen erhalten Arzneimittel, die auch bei Depression verwendet werden, meist sogenannte selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI). In einigen Fällen kann es sinnvoll sein, diese Medikamente durch weitere zu ergänzen, die die Wirkung unterstützen.

Die Entscheidung über den Einsatz von Arzneimitteln, ihre Dosierung und die Dauer der Anwendung liegt beim behandelnden Arzt.



Diese Therapiemaßnahmen können durch weitere Ansätze ergänzt werden. Dazu gehören:

## ENTSPANNUNGSTECHNIKEN

Mithilfe von Entspannungstechniken wie Yoga, Qi Gong, autogenes Training, Achtsamkeits- oder Atemtraining lernt der Patient seine Symptome besser zu steuern. Bestimmte Yogaübungen können beispielsweise Patienten dabei helfen, ihren Körper bewusster wahrzunehmen und ihre Überreaktionen zu verringern.

## HEALING ENVIRONMENT

Eine ruhige, entspannende und sichere Umgebung kann einen positiven Einfluss auf Zwangspatienten haben. Die LIMES Schlosskliniken folgen dem Healing Environment Ansatz. Er besagt, dass die Klinik und die Klinikumgebung durch eine Vielzahl von positiven Einflussfaktoren den Menschen sowohl psychisch als auch physisch positiv beeinflusst. Zu diesen Einflussfaktoren gehören zum Beispiel die Nähe zur Natur und eine besondere Architektur sowie die Verwendung von beruhigenden Materialien in der Klinik.

Der Blick ins Grüne, der Zugang zu Gärten, angepasstes Licht, angenehme Akustik und ein gutes Raumklima – Ruhezonen fördern die Genesung nicht nur bei körperlichen Erkrankungen, sondern auch bei psychischen Problemen. Biologisch kann man dies auch daran ablesen, dass die Ausschüttung von Stresshormonen in dieser Wohlfühlumgebung sinkt.

## WIE KANN ICH MIR SELBST HELFEN?

Wenn Sie erkennen, dass Sie an einer Zwangsstörung leiden und dadurch Ihre Lebensqualität nachhaltig eingeschränkt wird, ist das Gespräch und der Austausch mit einem auf dieses Krankheitsbild spezialisierten Arzt oder Psychotherapeuten ein hilfreicher Ansatz. Auch die Therapeuten in den LIMES Schlosskliniken stehen Ihnen für ein erstes vertrauliches Telefongespräch gerne zur Verfügung. Denn es ist auch Tatsache – von allein werden die Zwangssymptome am ehesten nicht wieder verschwinden.

Wichtig ist, in dem Zusammenhang zu erkennen, dass auch wenn Sie Ihrem Zwang nicht nachgeben, in der Folge nichts Schlimmes passieren wird. Allerdings ist es ohne professionelle Hilfe äußerst schwer zu schaffen, diese Haltung zu erreichen.

## WIE KÖNNEN BETROFFENE UNTERSTÜTZT WERDEN?

Angehörige und Freunde können Patienten mit einer Zwangsstörung am besten unterstützen, indem sie diese ermutigen, sich professionelle Hilfe zu suchen. Auch Geduld im Umgang mit den Betroffenen ist wichtig, denn Vorwürfe helfen nicht weiter: Die Patienten wissen selbst, dass ihre Handlungen sinnlos und überzogen sind. Trotzdem können Sie ohne professionelle Hilfe nicht aus ihrer Haut und müssen dem Zwang nachgeben.

Licht, angenehme Akustik und ein gutes Raumklima – Ruhezonen fördern die Genesung nicht nur bei körperlichen Erkrankungen, sondern auch bei psychischen Problemen. Biologisch kann man dies auch daran ablesen, dass die Ausschüttung von Stresshormonen in dieser Wohlfühlumgebung sinkt.

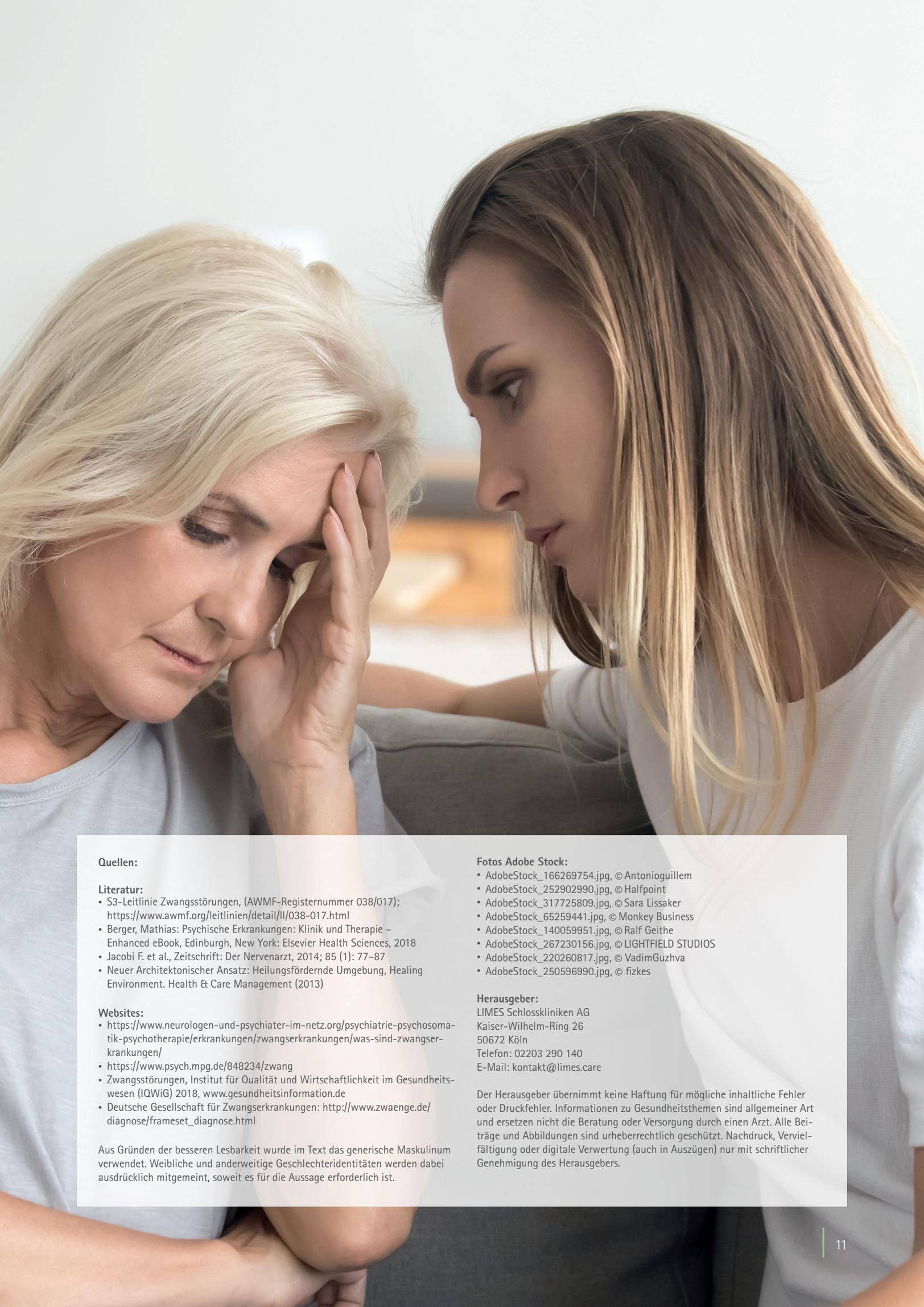
---

„ZWANGSSTÖRUNGEN SIND HEUTE GUT BEHANDELBAR. MIT KOGNITIVER VERHALTENSTHERAPIE UND DER RICHTIGEN MEDIKATION KÖNNEN GROSSE VERBESSERUNGEN ERZIELT WERDEN.“

Dr. Brolund-Spaether, Chefarzt und Ärztlicher Direktor  
LIMES Schlosskliniken

---



**Quellen:****Literatur:**

- S3-Leitlinie Zwangsstörungen, (AWMF-Registernummer 038/017); <https://www.awmf.org/leitlinien/detail/II/038-017.html>
- Berger, Mathias: Psychische Erkrankungen: Klinik und Therapie – Enhanced eBook, Edinburgh, New York: Elsevier Health Sciences, 2018
- Jacobi F. et al., Zeitschrift: Der Nervenarzt, 2014; 85 (1): 77–87
- Neuer Architektonischer Ansatz: Heilungsfördernde Umgebung, Healing Environment. Health & Care Management (2013)

**Websites:**

- <https://www.neurologen-und-psihiater-im-netz.org/psychiatrie-psychosomatik-psychotherapie/erkrankungen/zwangserkrankungen/was-sind-zwangserkrankungen/>
- <https://www.psych.mpg.de/848234/zwang>
- Zwangsstörungen, Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) 2018, [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)
- Deutsche Gesellschaft für Zwangserkrankungen: [http://www.zwaenge.de/diagnose/frameset\\_diagnose.html](http://www.zwaenge.de/diagnose/frameset_diagnose.html)

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde im Text das generische Maskulinum verwendet. Weibliche und anderweitige Geschlechteridentitäten werden dabei ausdrücklich mitgemeint, soweit es für die Aussage erforderlich ist.

**Fotos Adobe Stock:**

- AdobeStock\_166269754.jpg, © Antonioguilem
- AdobeStock\_252902990.jpg, © Halfpoint
- AdobeStock\_317725809.jpg, © Sara Lissaker
- AdobeStock\_65259441.jpg, © Monkey Business
- AdobeStock\_140059951.jpg, © Ralf Geithe
- AdobeStock\_267230156.jpg, © LIGHTFIELD STUDIOS
- AdobeStock\_220260817.jpg, © VadimGuzhva
- AdobeStock\_250596990.jpg, © fizkes

**Herausgeber:**

LIMES Schlosskliniken AG  
Kaiser-Wilhelm-Ring 26  
50672 Köln  
Telefon: 02203 290 140  
E-Mail: [kontakt@limes.care](mailto:kontakt@limes.care)

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für mögliche inhaltliche Fehler oder Druckfehler. Informationen zu Gesundheitsthemen sind allgemeiner Art und ersetzen nicht die Beratung oder Versorgung durch einen Arzt. Alle Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, Vervielfältigung oder digitale Verwertung (auch in Auszügen) nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.



**AUTOR:**

DR. MED. KJELL ROMAN BROLUND-SPAETHER

Herr Dr. Brolund-Spaether, Chefarzt der LIMES Schlossklinik Mecklenburgische Schweiz, ist ausgewiesener Spezialist auf dem Gebiet der psychotherapeutischen und medikamentengestützten Behandlung von seelischen Störungen und Erkrankungen des gesamten psychiatrisch-psychotherapeutischen und psychosomatischen Spektrums.

**LIMES SCHLOSSKLINIKEN AG**

Die LIMES Schlosskliniken AG hat sich mit exklusiven Privatkliniken für psychische und psychosomatische Gesundheit auf die Behandlung von Stressfolgeerkrankungen spezialisiert. Die Klinikgruppe bietet ihren Patienten eine heilsame und medizinisch erstklassige Umgebung, in welcher der Mensch als individuelle Persönlichkeit im Mittelpunkt steht.

