



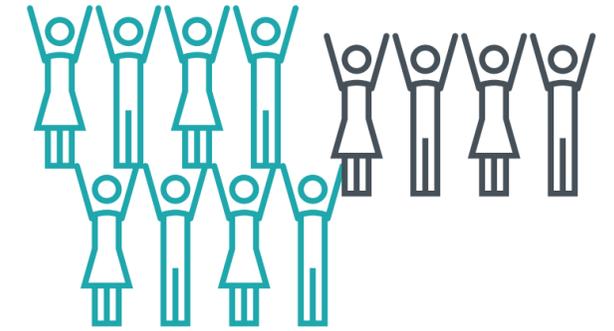
Kein Stress bei Körperstress

Psychosomatische Patient:innen besser verstehen
und behandeln

Prof. Dr. med. Stefan Büchi & Dr. med. Julia Hennemann

GN-2025 Projektwettbewerb

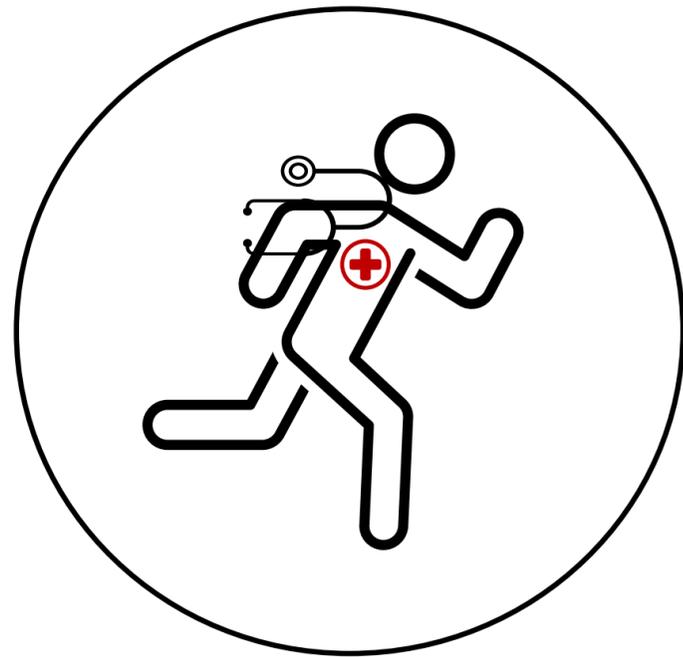
Über 30% aller Hausarzt-Patienten leiden unter
funktionellen Körpersymptomen



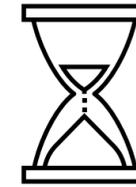
Mit dem **Körper-Stress-Syndrom** bietet das ICD-11 seit 2022 ein
sinnvolles diagnostisches Konzept an

Funktionelle Beschwerden lassen sich damit **systematisch** angehen,
Edukation ist dabei die wichtigste Intervention,





**Ausufernde
Konsultationen**



**Spezialisten-
Hopping**



Hausarzt-Hopping



**Redundante
Diagnostik**

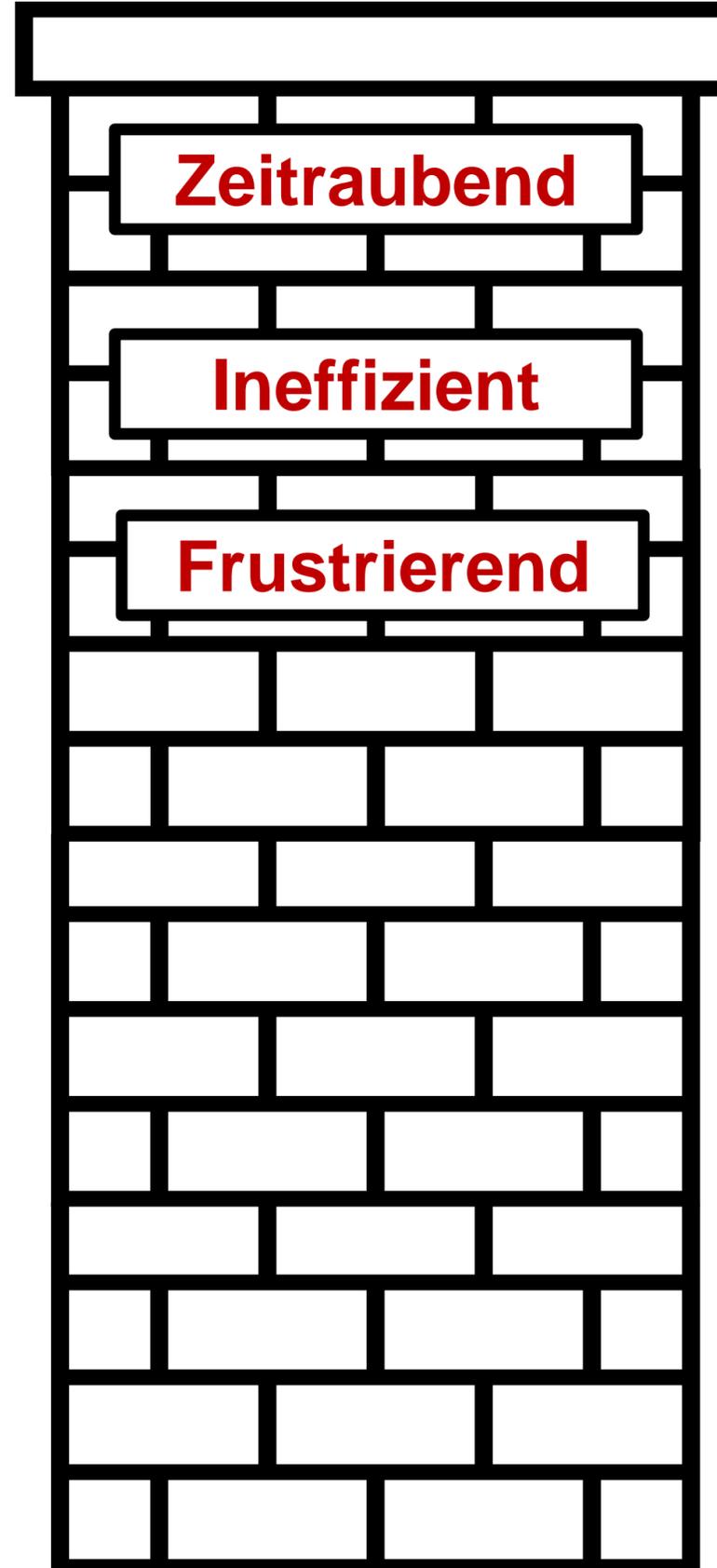


Hohe Kosten





- **Fordernd**, weil verzweifelt
- Fühlen sich nicht verstanden
- Angst vor **Stigmatisierung**



- **Hilflos !**
- Fehlende Ausbildung
- Kein Krankheitskonzept
- Wenig Evidenz
- Keine Therapiestrategie

Definition: Körper-Stress

-  Körperbeschwerden ohne klare Zuordnung
-  > 3 Monate
-  Aufmerksamkeit
-  Funktionseinbussen
-  Wiederholte medizinische Kontakte

Paradigmenwechsel

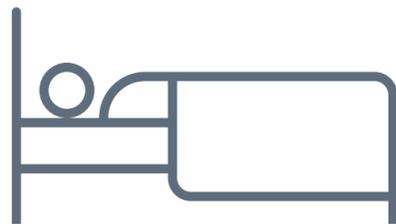
-  Einzelsymptome & Kausalitäten
-  Ausschluss somatischer Ursachen
-  Zweigleisige Diagnostik
-  Funktionalität & soziale Rolle ?
-  Belastung des Patienten



=



Körper-Stress: Was hilft?



Kooperation mit CareFit-Physiotherapie

Kooperationen im Aufbau

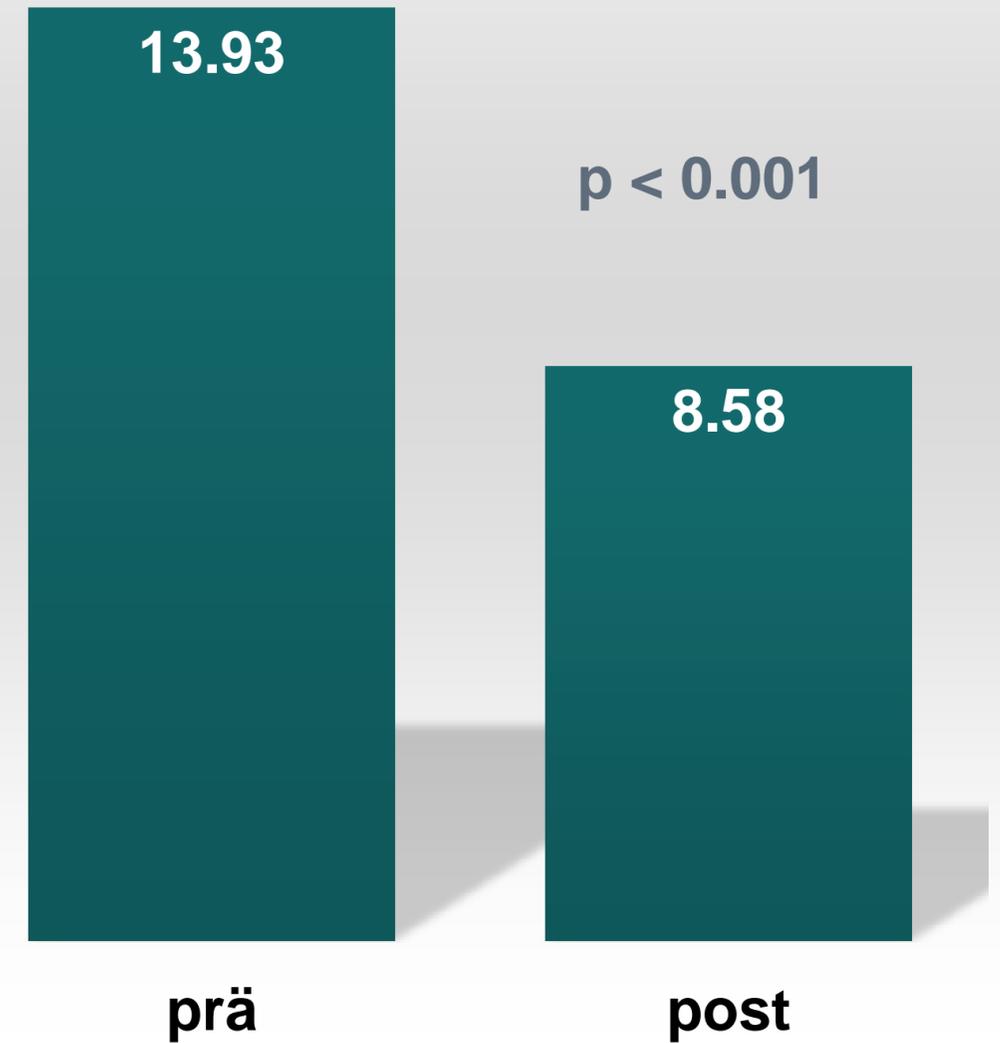
PHQ-15

Wie stark fühlten Sie sich im Verlauf der letzten Woche durch die folgenden Beschwerden beeinträchtigt?

	Nicht beeinträchtigt	Wenig beeinträchtigt	Stark beeinträchtigt
1. Bauchschmerzen.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Rückenschmerzen.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Schmerzen in Armen, Beinen oder Gelenken (Knie, Hüften usw.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Menstruationsschmerzen oder andere Probleme mit der Menstruation (nur Frauen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Kopfschmerzen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Schmerzen im Brustbereich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Schwindel.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ohnmachtsanfälle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Herzklopfen oder Herzrasen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Kurzatmigkeit.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Schmerzen oder Probleme beim Geschlechtsverkehr.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Verstopfung, nervöser Darm oder Durchfall.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Übelkeit, Blähungen oder Verdauungsbeschwerden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Müdigkeit oder Gefühl, keine Energie zu haben.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Schwierigkeiten, ein- oder durchzuschlafen oder vermehrter Schlaf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Resultate Patient:innen

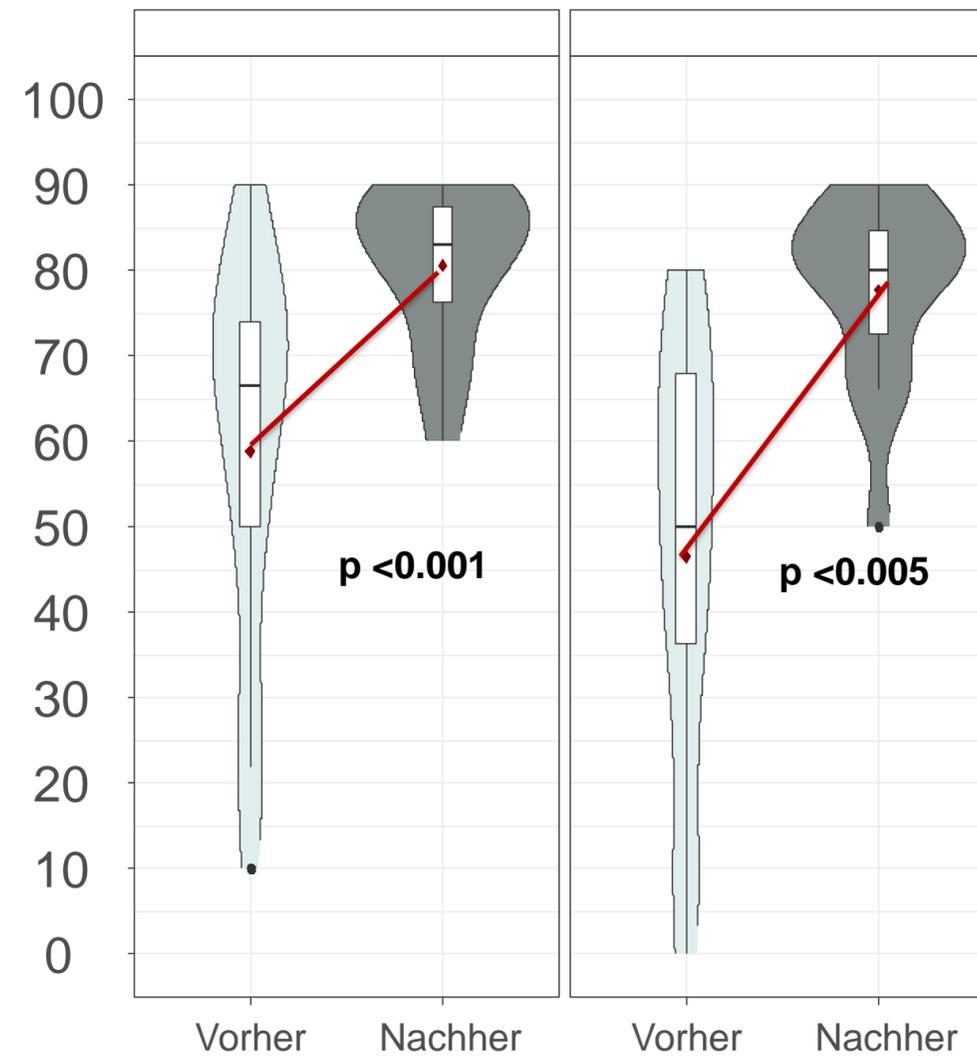
PHQ-15 Werte (n=60)



Resultate Hausärzt:innen (n=14)

Wie sicher fühlen Sie sich bei der Diagnostik von Patienten, bei denen Sie eine «psycho-somatische» Ursache vermuten (0=sehr unsicher, 100=sehr sicher)?

Diagnostik Therapie



Herzlichen Dank

- GL mediX Wipkingen
- CareFit
- mediX Zürich
- Institut für Hausarztmedizin USZ

