



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

Psychosomatik der Paarbeziehung

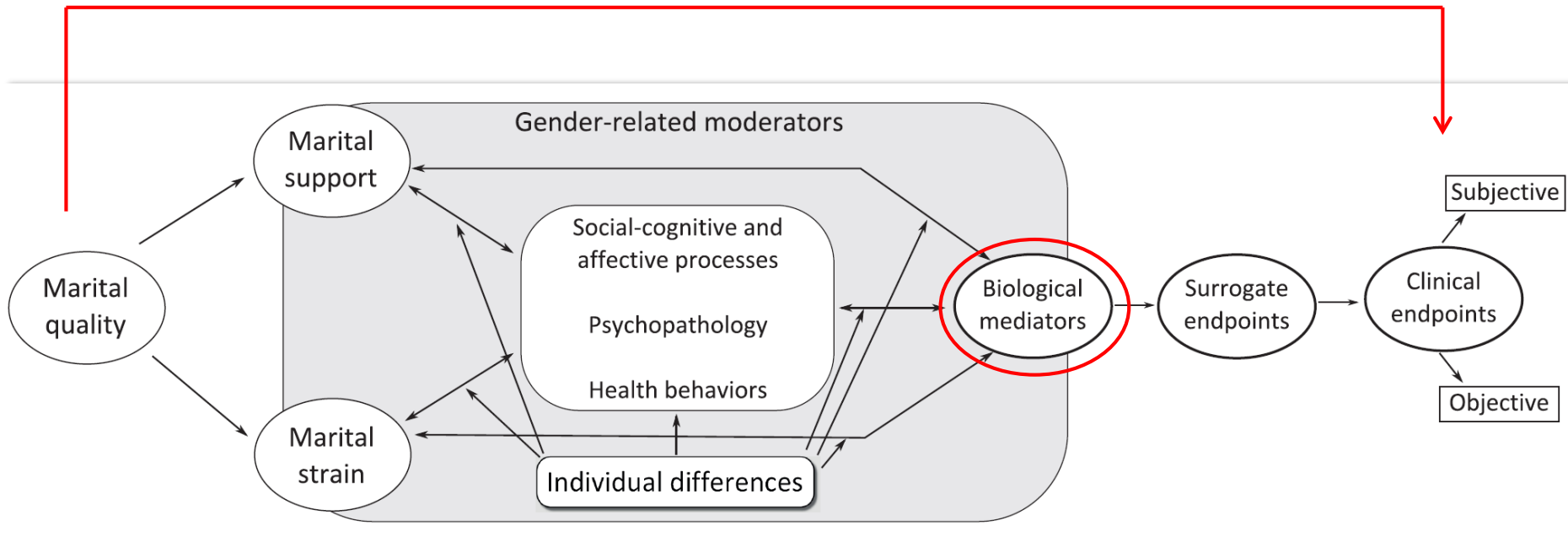
Prof. Dr. Beate Ditzen

Institut für Medizinische Psychologie, Zentrum für Psychosoziale Medizin
Universitätsklinikum, Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg

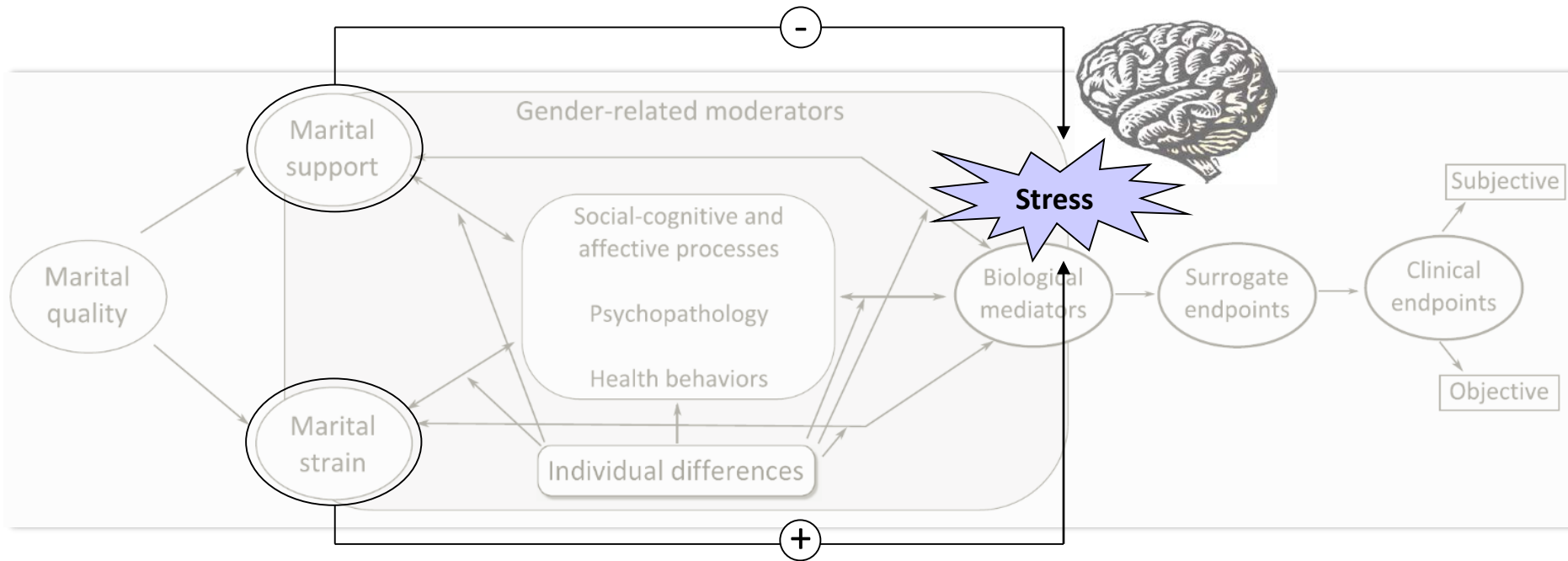
Zürich, 28. März 2019



Partnerschaftsqualität, Krankheit und Mortalität



Paarinteraktion und Stress

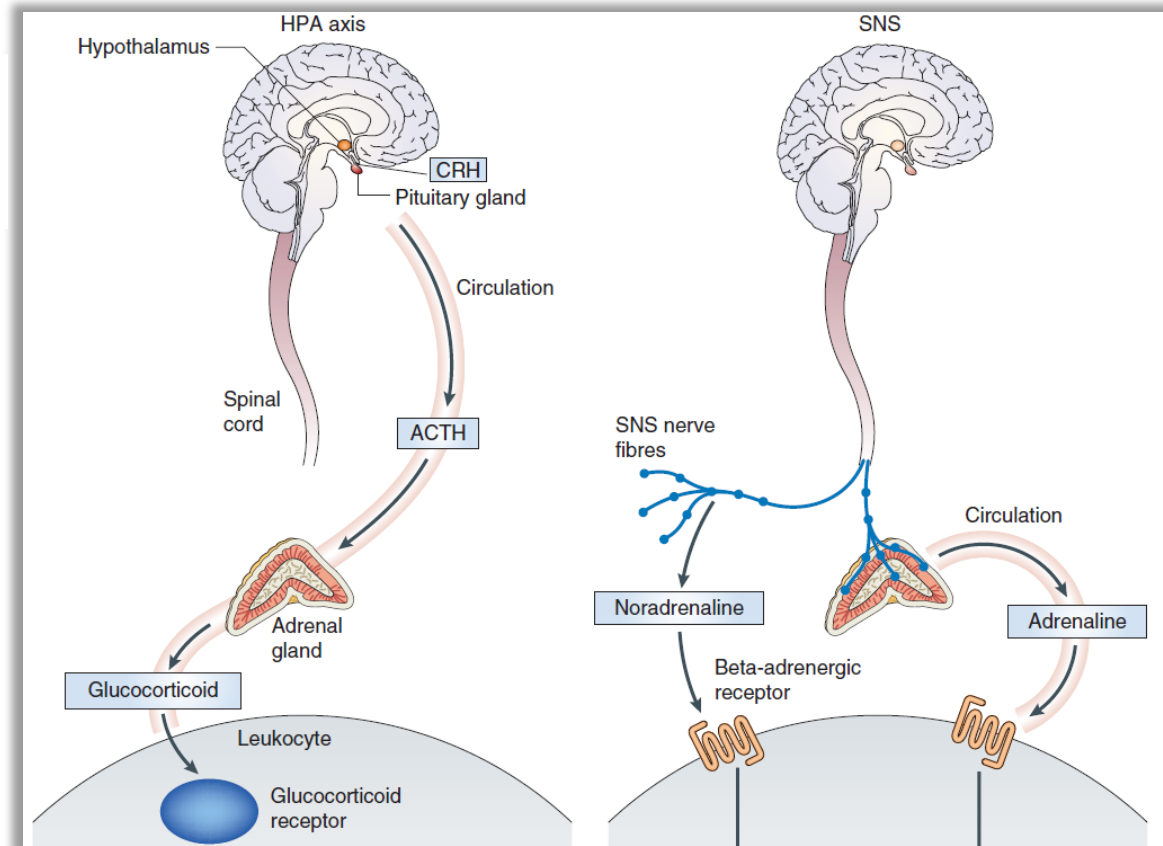


Psychobiologische Stresssysteme

Hypothalamus:
Corticotrophin
Releasing
Hormon

Hypophyse:
Adrenocortico-
tropes Hormon

**Neben-
nierenrinde:**
Cortisol



ZNS:
Noradrenalin

**Neben-
nierenmark:**
Adrenalin
Noradrenalin

Blutdruck

Herzrate

Herzraten-
variabilität

Alpha Amylase

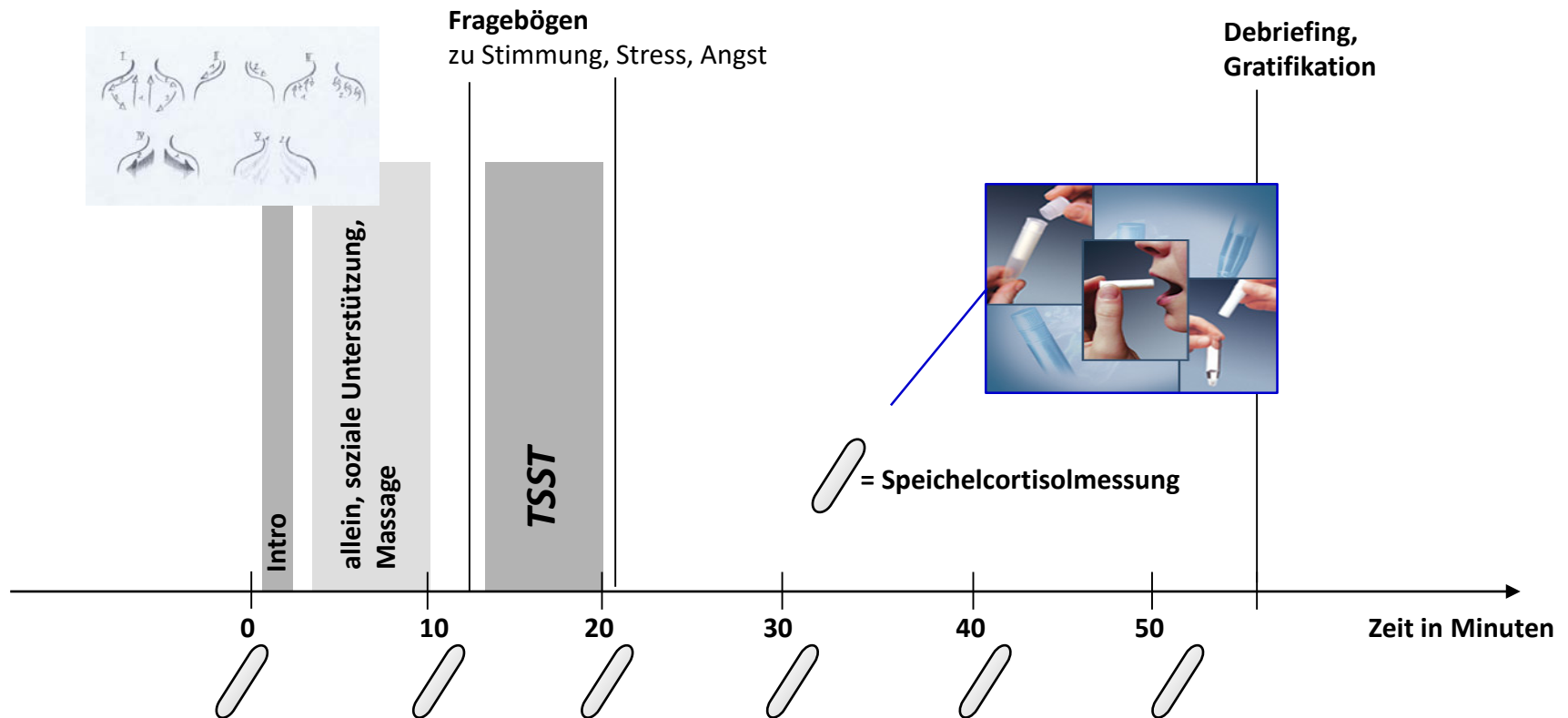
Paarinteraktion als Stresspuffer

Paarverhalten vor und nach psychosozialem Stress im Labor

- Vorstellungsgespräch
- Kopfrechenaufgabe



Soziale Unterstützung und Stressantwort bei Frauen



N = 67 ♀

Einschluss

Ausschluss

Kontrolliert für

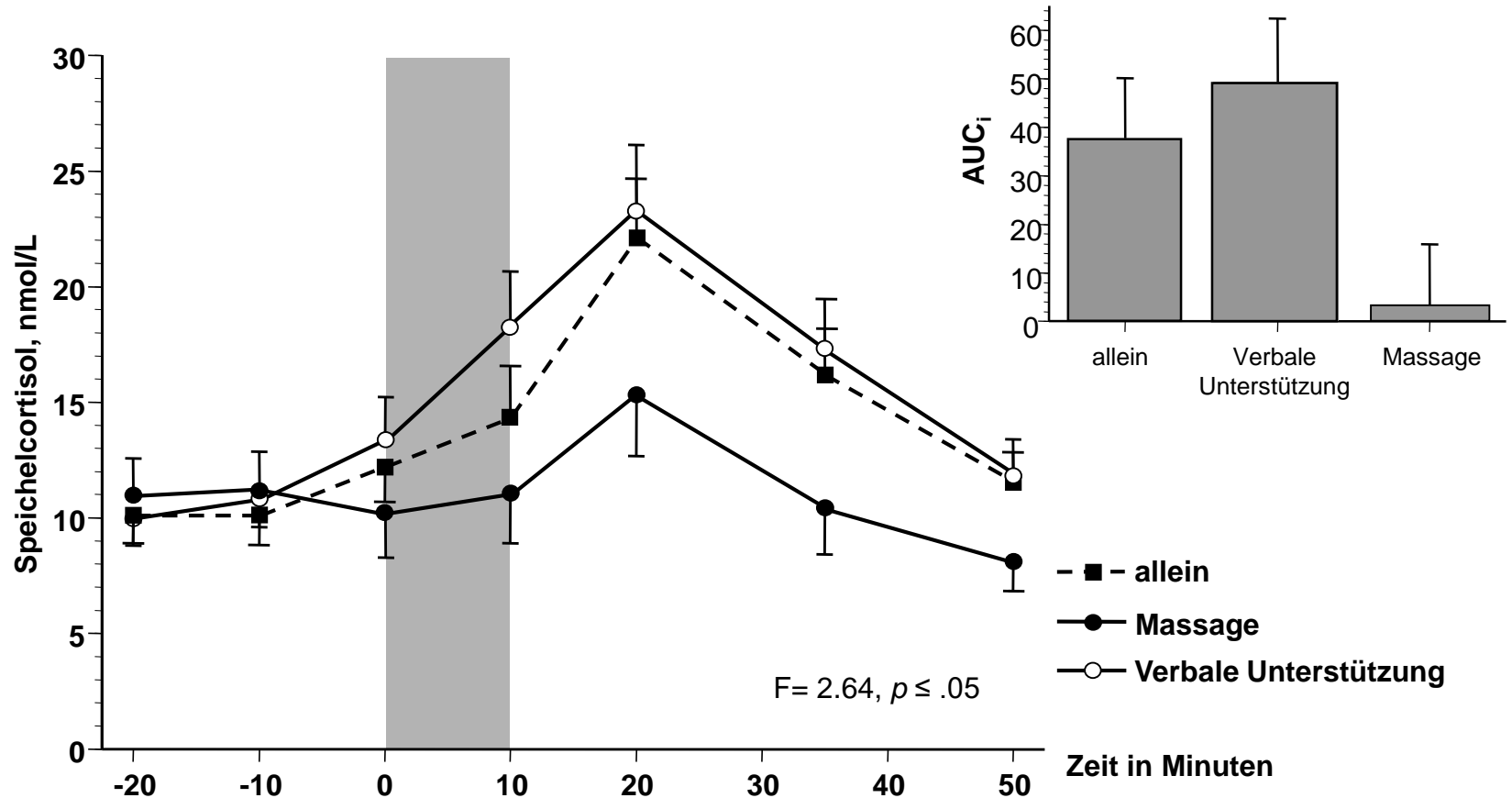
Alter: 21-45 Jahre

Partnerschaftsdauer > 1J.;

Rauchen, HC, Drogen, med. o. psych. Erkrankungen;

Zyklusphase, Sport, Essen, Koffein und Tageszeit

Soziale Unterstützung und Stressantwort bei Frauen



Berührung und Cortisol im TSST

Spontan gezeigtes intimes Verhalten (Umarmen, Küssen, Händehalten)

♀: ↓ Cortisolanstieg ($B = -0.016$, $SE = 0.006$, $p = .008$)

♂, ♀: ↓ Cortisol-Recovery nach Stress

(♀ $B = -0.002$, $SE = 0.001$, $p = .016$; ♂ $B = -0.002$, $SE = 0.001$, $p = .023$).

N = 396

Einschluss

Ausschluss

Kontrolliert für

(198 Paare) Alter: 21-50 Jahre

Partnerschaftsdauer > 1J.;

Drogen, med. o. psych. Erkrankungen;

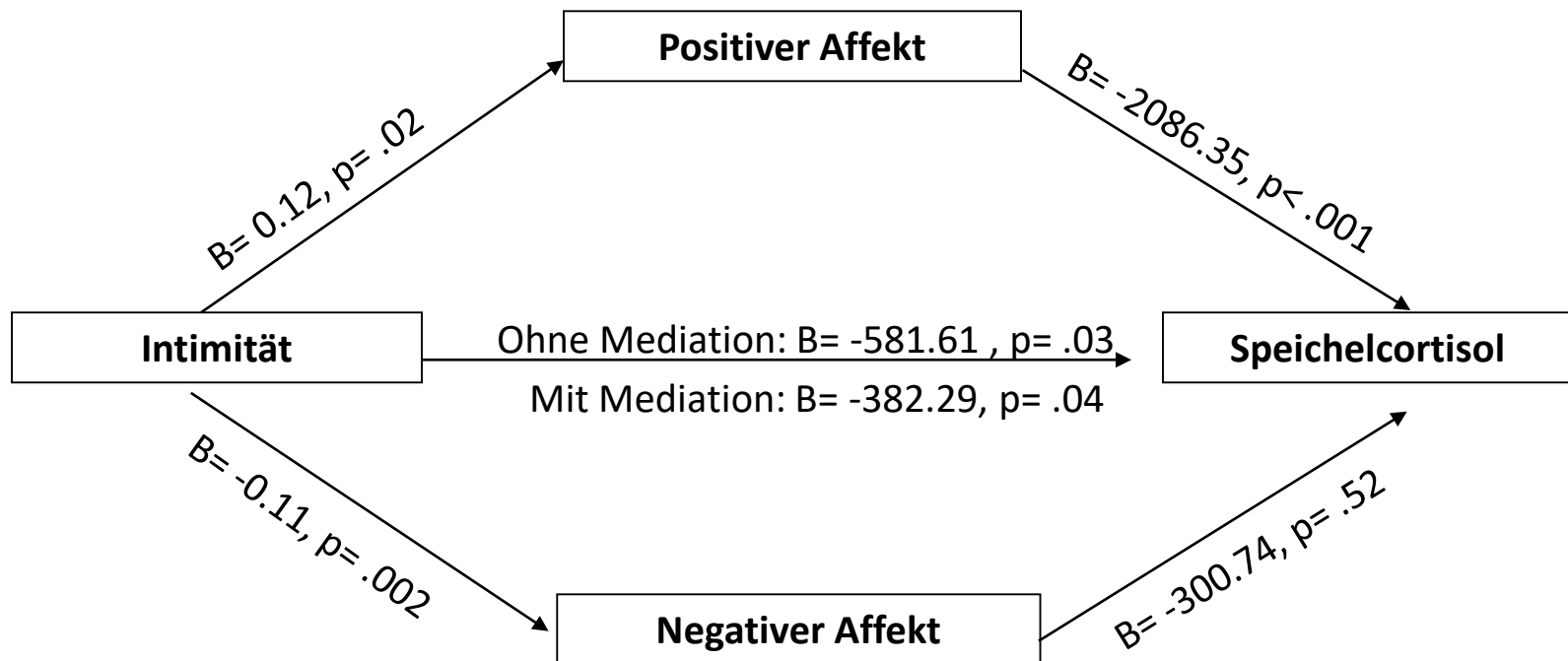
Sport, Essen, Koffein und Tageszeit, Zyklus & HC



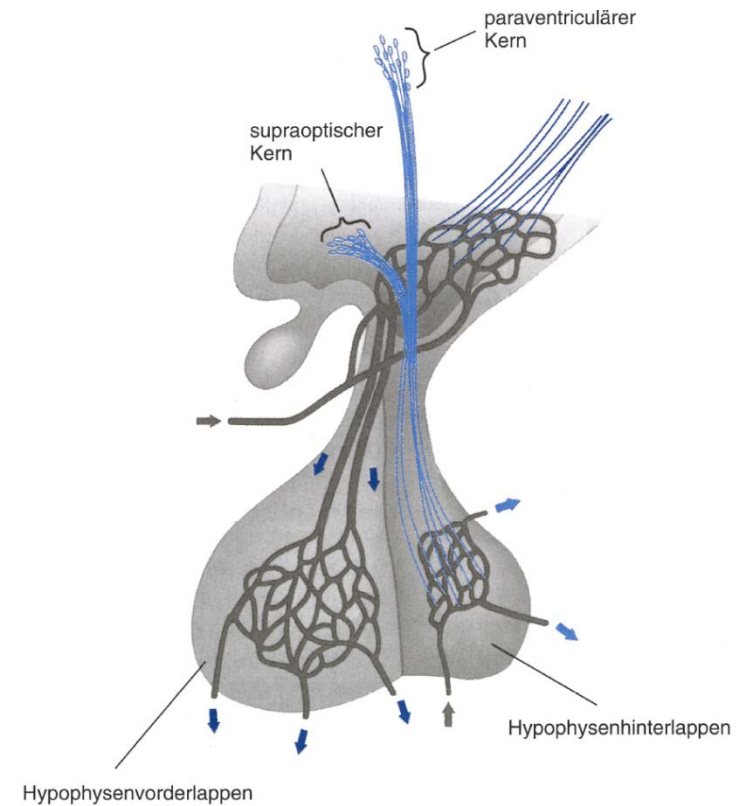
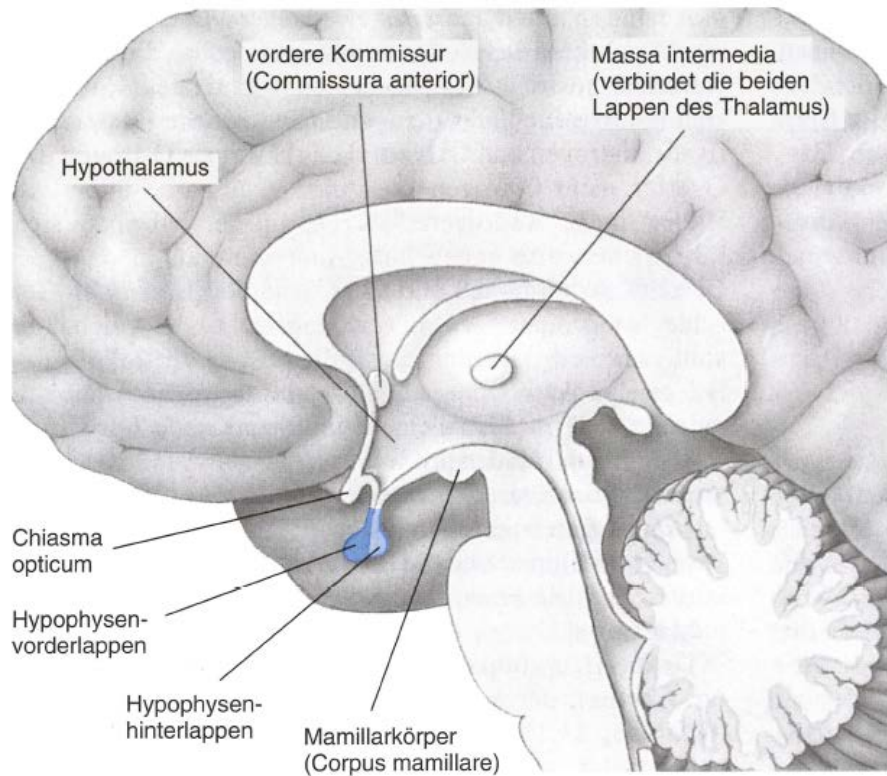
Berührung und Cortisol im Alltag



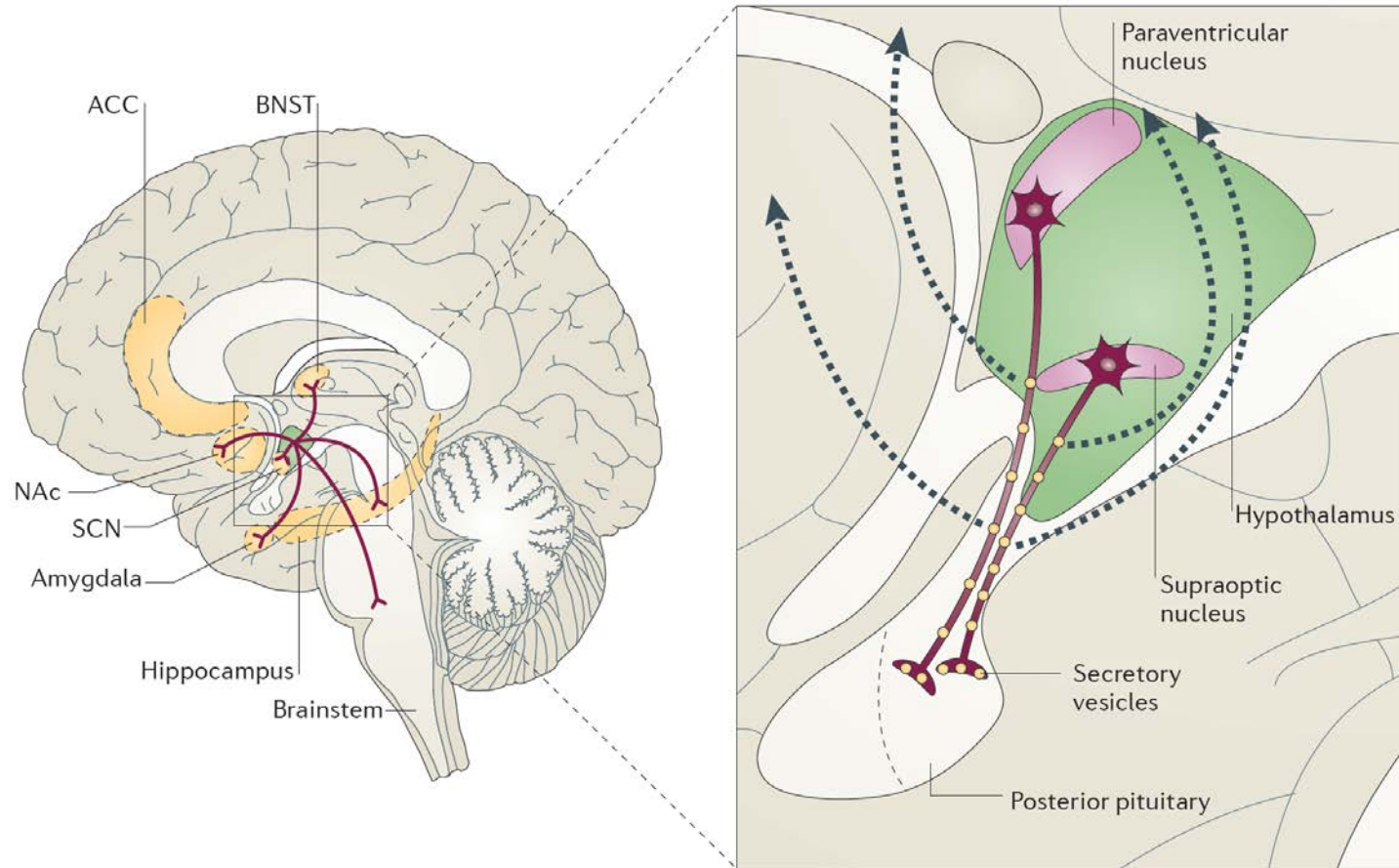
Berührung und Cortisol im Alltag



Neurobiologische Vermittler

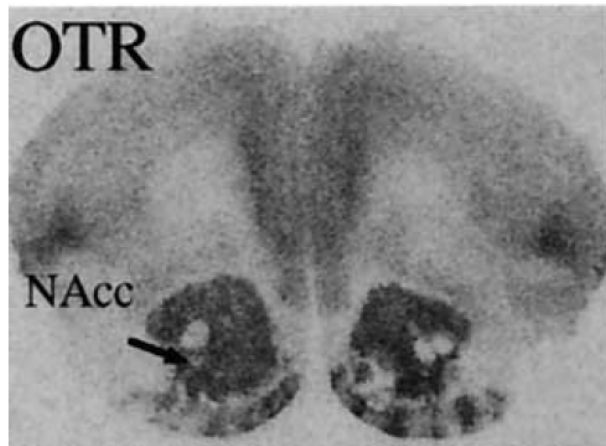


Oxytocin

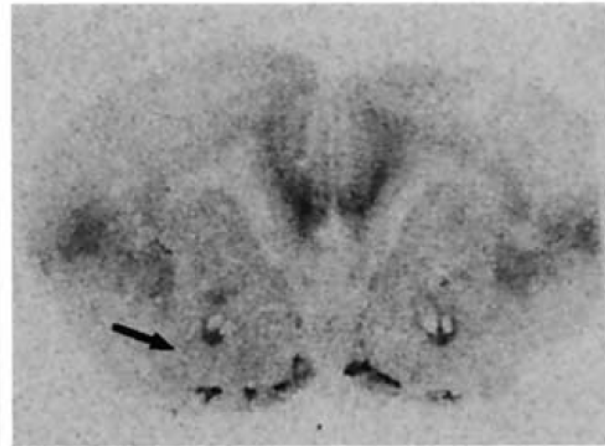


Oxytocin und Paarbindung

Prairie Vole



Montane Vole

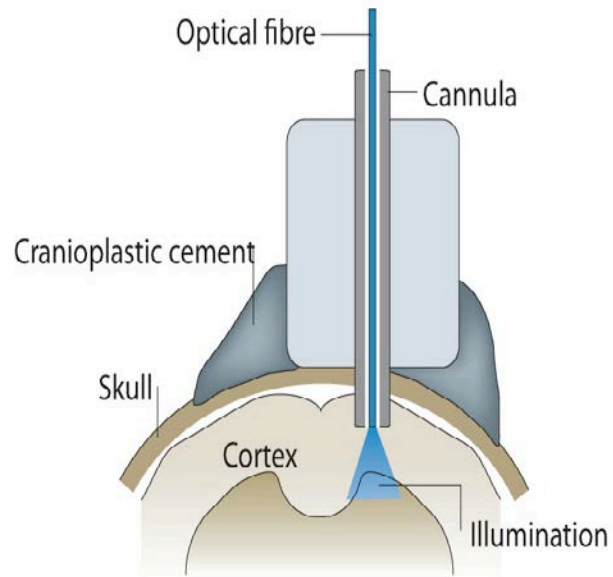


Nacc= Nucleus Accumbens

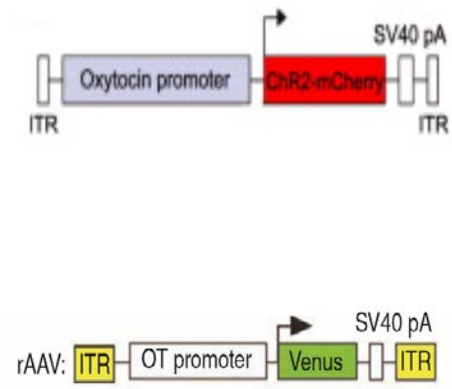
In vitro receptor autoradiography with the selective oxytocin receptor ligand $[^{125}\text{I}]\text{d}(\text{CH}_2)_5[\text{Tyr}(\text{Me})^2, \text{Tyr-NH}^9/2]\text{OVT}$ ($[^{125}\text{I}]\text{OTA}$)



Grinevich-group: Stereotaxic Surgery



Viruses:



Negative Paarinteraktion: Konflikt



Problemliste

In dieser Übersicht sind 23 verschiedene Bereiche des Zusammenlebens aufgeführt, in denen Konflikte entstehen können. Kreuzen Sie bitte an, ob und in welchem Ausmass in Ihrer Beziehung Konflikte im jeweiligen Bereich bestehen und wie Sie vorwiegend mit diesen Konflikten umgehen.

0 = keine Konflikte

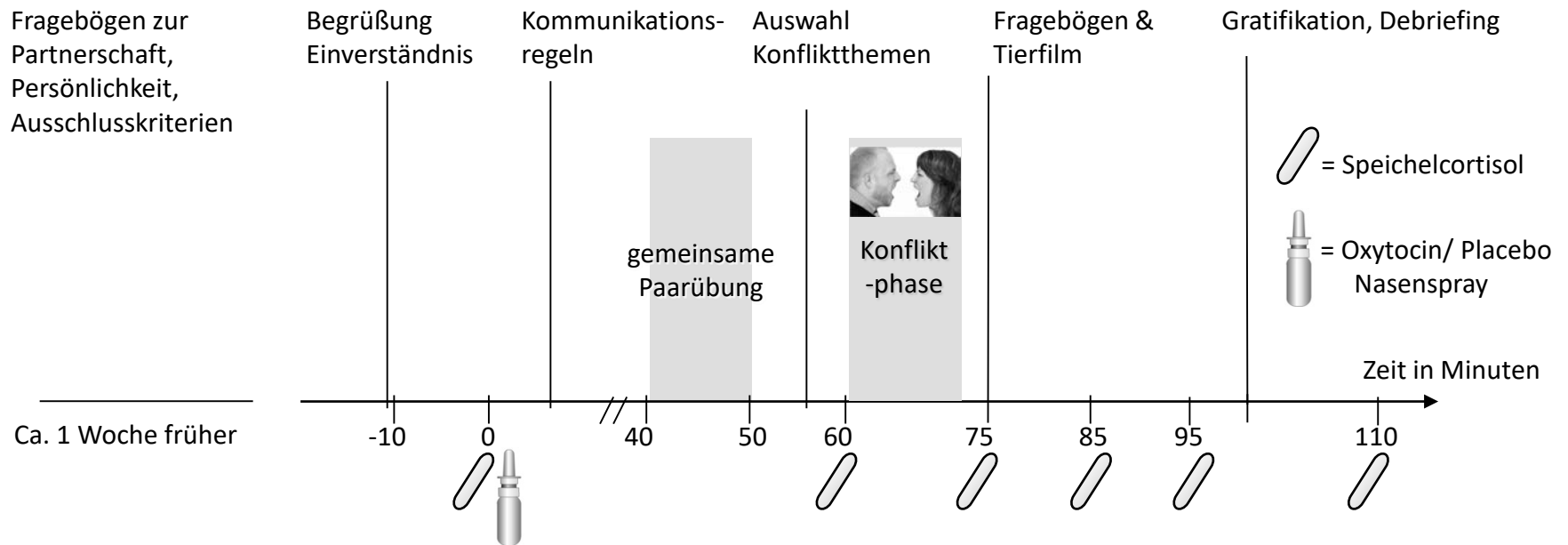
1 = Konflikte, erfolgreiche Lösung

2 = Konflikte, keine Lösung, oft Streit

3 = Konflikte, aber wir sprechen kaum darüber

1.	Einteilung des monatlichen Einkommens	0	1	2	3
2.	Berufstätigkeit	0	1	2	3
3.	Haushaltsführung/ Wohnung	0	1	2	3
4.	Vorstellungen über Kindererziehung	0	1	2	3
5.	Freizeitgestaltung	0	1	2	3
6.	Freunde oder Bekannte	0	1	2	3
7.	Temperament des Partners	0	1	2	3
8.	Zuwendung des Partners	0	1	2	3
9.	Attraktivität	0	1	2	3
10.	Vertrauen	0	1	2	3
11.	Eifersucht	0	1	2	3
12.	Gewährung persönlicher Freiheiten	0	1	2	3
13.	Sexualität	0	1	2	3
14.	Aussereheliche Beziehungen	0	1	2	3
15.	Menschen	0	1	2	3

Oxytocin und Paarkonflikt



Ca. 1 Woche früher

N = 94

Einschluss

Ausschluss

Kontrolliert für

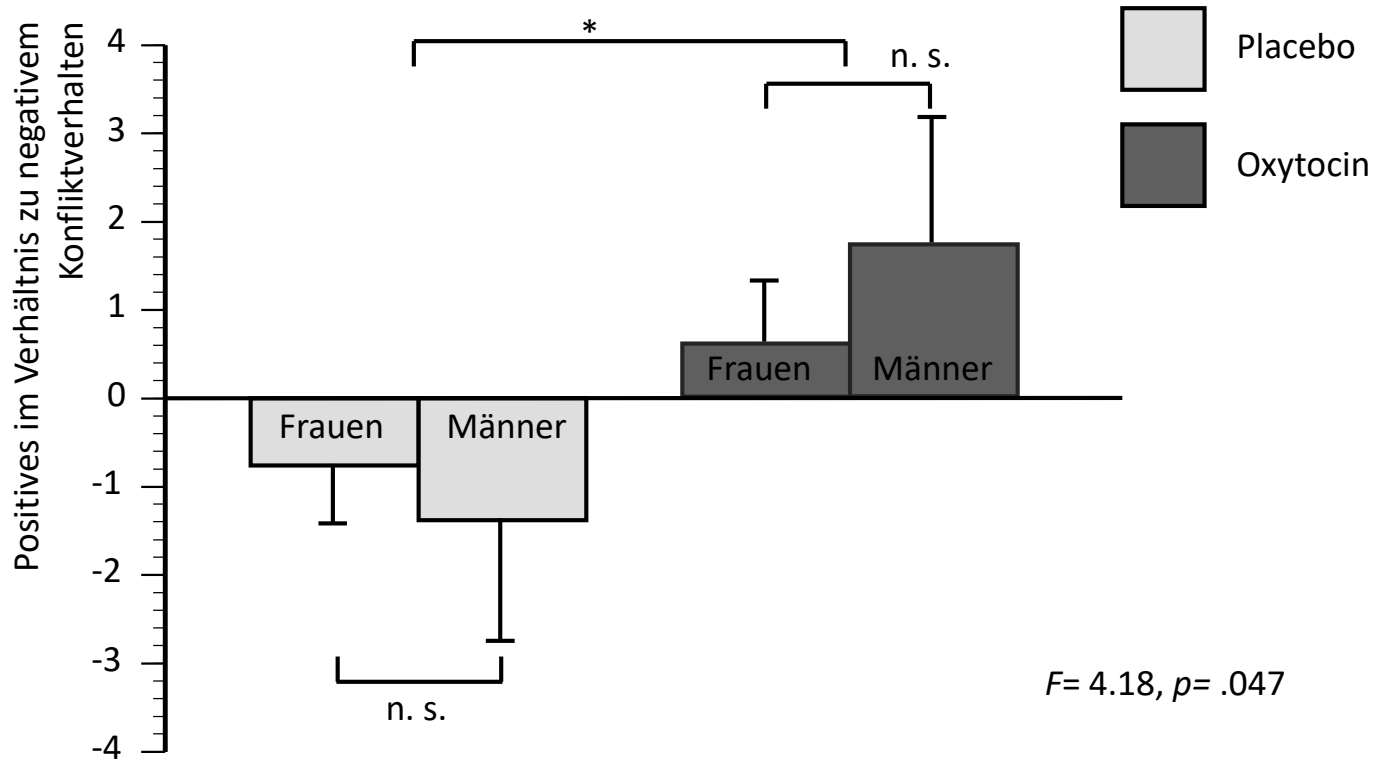
(47 Paare), Alter: 20-55 Jahre

Partnerschaftsdauer > 1J.;

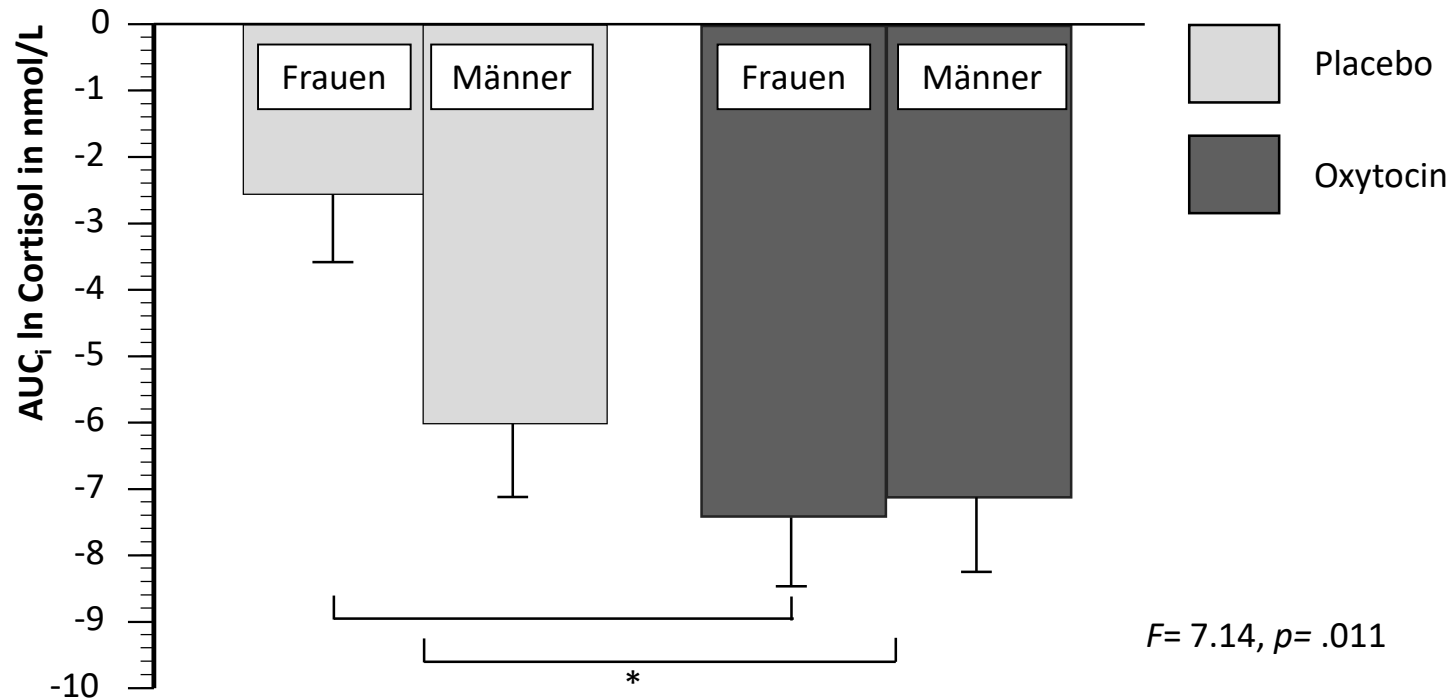
Rauchen, HC, Drogen, Schwangerschaft o. Stillen, med. o. psych. Erkrankungen;

Zyklusphase, Sport, Essen, Koffein und Tageszeit

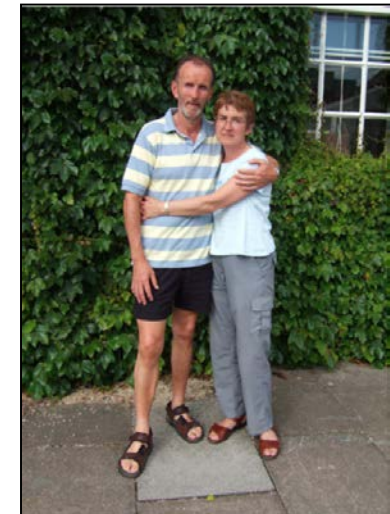
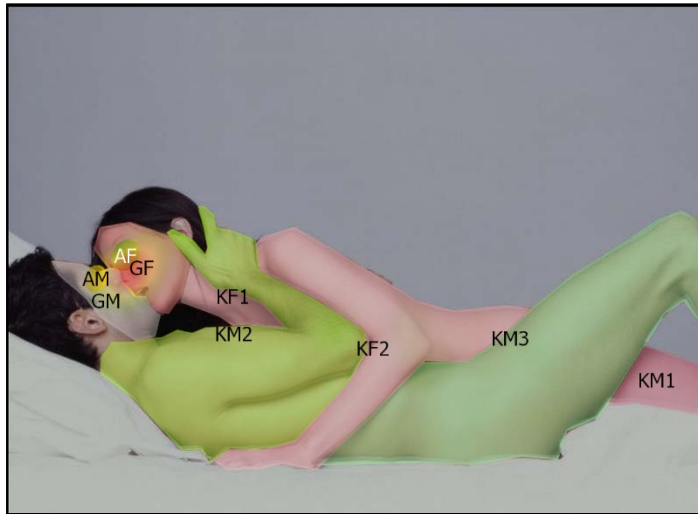
Oxytocin und Paarkonflikt: Konfliktverhalten



Oxytocin und Paarkonflikt: Cortisol



Oxytocin und Wahrnehmung von Bindungsreizen



Messwiederholung im Abstand von 2 Wochen

N = 77

Ausschlusskriterien:

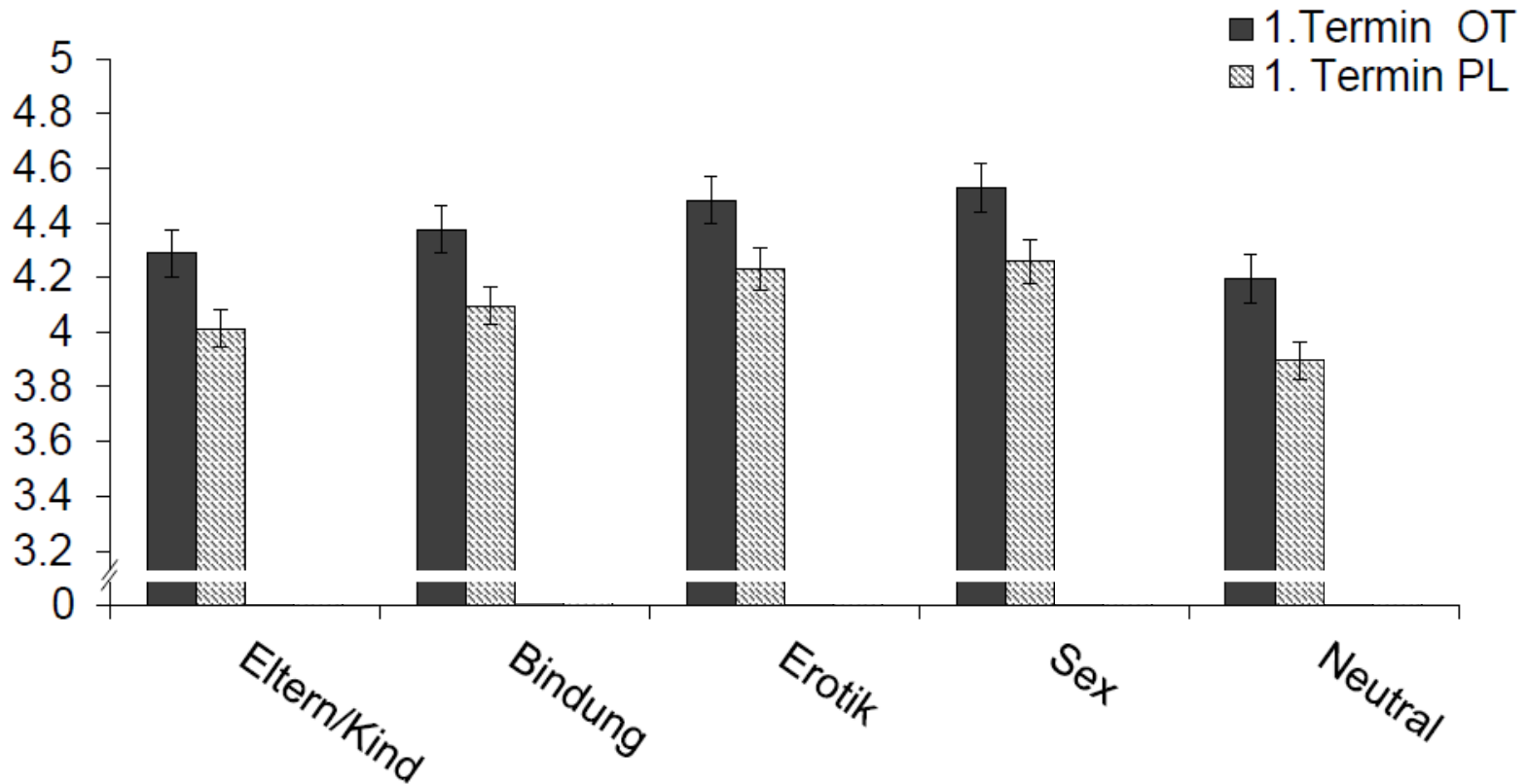
Kontrolliert für:

40 Männer, 37 Frauen, Alter: 21-50 Jahre

Rauchen, Medikamente, Schwangerschaft, hormonelle Kontrazeptiva, psychische Erkrankung

Menstruationsphase, Essen, Koffein, Sport, Tageszeit

Oxytocin und Pupillen-Dilatation



N = 77

40 Männer, 37 Frauen, Alter: 21-50 Jahre

Ausschlusskriterien:

Rauchen, Medikamente, Schwangerschaft, hormonelle Kontrazeptiva, psychische Erkrankung

Kontrolliert für:

Menstruationsphase, Essen, Koffein, Sport, Tageszeit

Instruierte positive Interaktion: Loben

Positive Eigenschaften Liste

In dieser Übersicht sind 23 verschiedene Bereiche des Zusammenlebens aufgeführt, die in einer Beziehung positiv sein können. Kreuzen Sie bitte an, ob und in welchem Ausmass in Ihrer Beziehung diese Bereiche zutreffen/sie eine Rolle spielen und wie Sie damit umgehen.

0 = kommt nicht vor/ trifft nicht zu

1 = kommt ab und zu vor – ich würde mir mehr wünschen

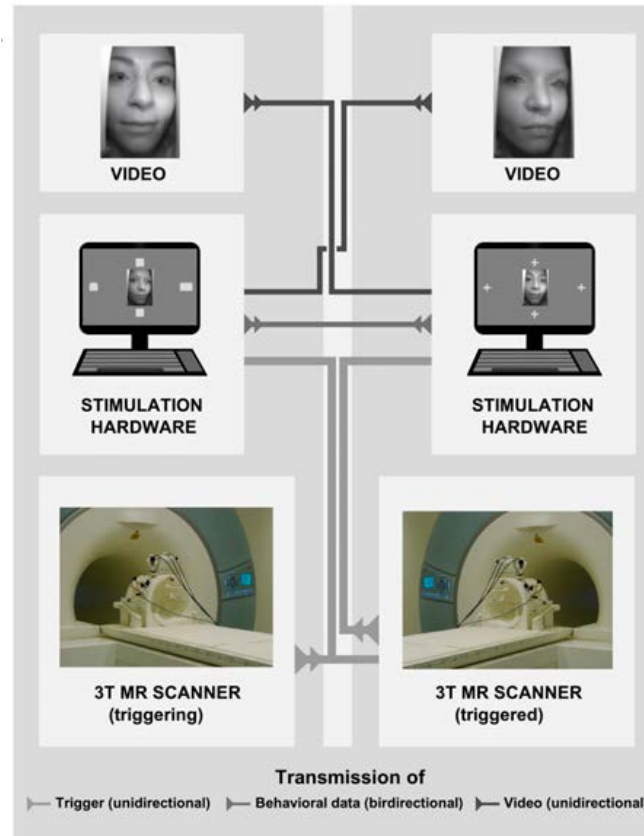
2 = kommt häufig vor – ich würde mir weniger wünschen

3 = kommt fast immer vor / trifft zu – ich bin zufrieden, so wie es ist

1.	Finanzielle Unbesorgtheit	0	1	2	3
2.	Berufliche Zufriedenheit	0	1	2	3
3.	Teilung der Haushaltsaufgaben	0	1	2	3
4.	gleiche Vorstellungen über Kindererziehung	0	1	2	3
5.	gemeinsame Freizeitgestaltung	0	1	2	3
6.	Freunde oder Bekannte	0	1	2	3
7.	Geduld des Partners	0	1	2	3
8.	Zuwendung des Partners	0	1	2	3
9.	Attraktivität	0	1	2	3
10.	Vertrauen	0	1	2	3
11.	Verbundenheit	0	1	2	3
12.	Gewährung persönlicher Freiheiten	0	1	2	3
13.	Sexualität	0	1	2	3
14.	Treue	0	1	2	3



Instruierte positive Paarinteraktion im Scanner



Loben und zentralnervöse Belohnungsaktivierung

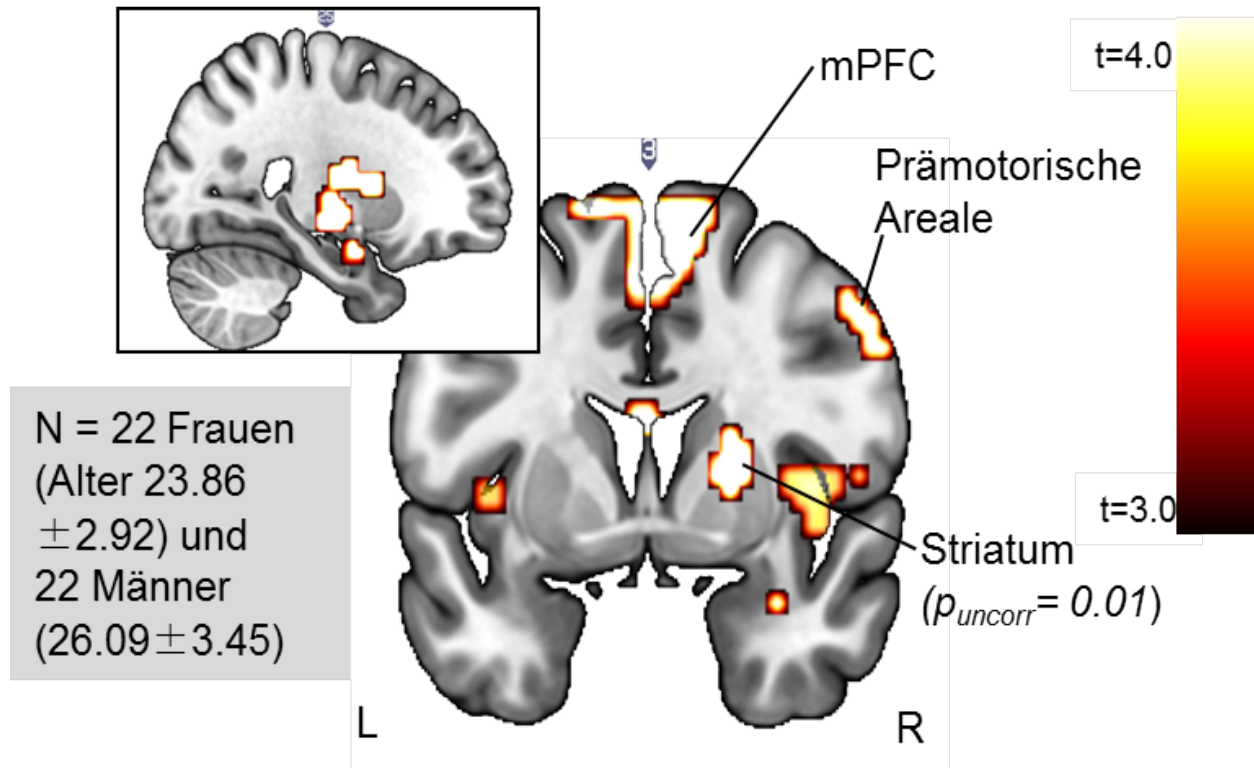


In einer kürzlich abgeschlossenen Studie am ZI in Mannheim untersuchten wir Paare gleichzeitig im Scanner.

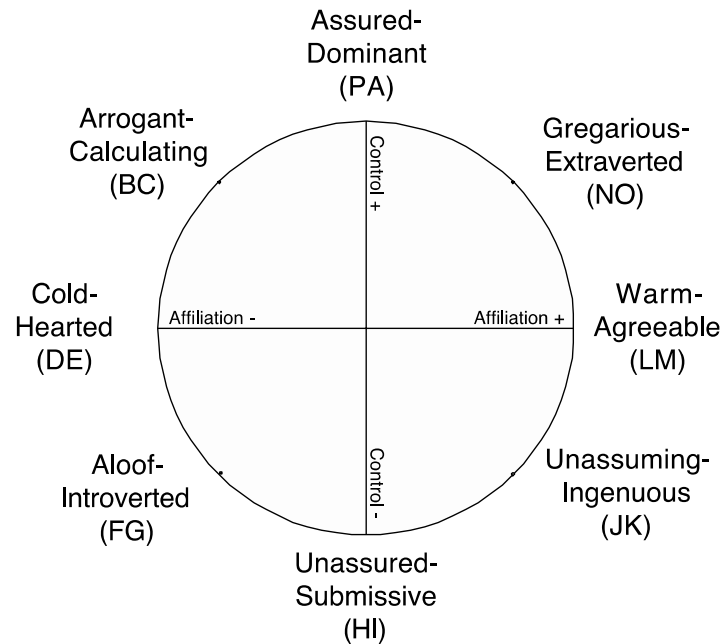
Wir baten die Partner, sich gegenseitig Lob zu schicken und eine gemeinsame Aufgabe zu lösen. Gleichzeitig sahen sie sich über eine Kamera.

Loben und zentralnervöse Belohnungsaktivierung

Aktivierungsmuster Partnerinteraktion > Interaktion mit PC



Loben, Oxytocin und Stress im Alltag



Paarinteraktion, Stresshormone und Wundheilung



Positive Eigenschaften Liste

In dieser Übersicht sind 23 verschiedene Bereiche des Zusammenlebens aufgeführt, die in einer Beziehung positiv sein können. Markieren Sie bitte an, ob und in welchem Ausmaß in Ihrer Beziehung diese Bereiche darüber die eine Rolle spielen und wie Sie damit umgehen.

0 = kommt nicht vor / tritt nicht auf
 1 = kommt ab und zu vor - ich würde mir mehr wünschen
 2 = kommt häufig vor - ich würde mir weniger wünschen
 3 = kommt fast immer vor / tritt zu - ich bin zufrieden, so wie es ist

1. Freizeite Unternehmung	0	1	2	3
2. Besondere Zufriedenheit	0	1	2	3
3. Teilung der Haushaltsaufgaben	0	1	2	3
4. gleiche Vorstellungen über Kindererziehung	0	1	2	3
5. gemeinsame Freizeitgestaltung	0	1	2	3
6. Freundschaft oder Bekanntschaft	0	1	2	3
7. Gehalt der Partnerin	0	1	2	3
8. Einstellung des Partners	0	1	2	3
9. Abwechslung	0	1	2	3
10. Vertrauen	0	1	2	3
11. Verunsicherung	0	1	2	3
12. Gestaltung persönlicher Finanzen	0	1	2	3
13. Bekanntheit	0	1	2	3
14. Teuer	0	1	2	3



Tag 1

N = 160

Einschluss

Ausschluss

Kontrolliert für

(80 Paare), Alter: 21-50 Jahre

Partnerschaftsdauer > 1J.;

Rauchen, HC, Drogen, Schwangerschaft o. Stillen, med. o. psych. Erkrankungen;

Zyklusphase, Sport, Essen, Koffein und Tageszeit

1 Woche

Paarinteraktion, Stresshormone und Wundheilung



Positive Eigenschaften Liste

In dieser Übersicht sind 23 verschiedene Bereiche des Zusammenlebens aufgeführt, die in einer Beziehung positiv sein können. Kreuzen Sie bitte an, ob und in welchem Ausmaß in Ihrer Beziehung diese Bereiche zutreffen (die erste Spalte) und wie Sie damit umgehen (die zweite Spalte).

0 = kommt nicht vor / nicht da
 1 = kommt ab und zu vor = ich würde mir mehr wünschen
 2 = kommt häufig vor = ich würde mir weniger wünschen
 3 = kommt fast immer vor / 100% da = ich bin zufrieden, so wie es ist

	0	1	2	3
1. Finanzielle Unabhängigkeit				
2. Berufliche Zufriedenheit				
3. Tatkraft der Haushaltsaufgaben				
4. gleiche Vorstellungen über Kindererziehung				
5. gemeinsame Freizeitgestaltung				
6. Freunde oder Bekannte				
7. Gebild des Partners				
8. Zuwendung des Partners				
9. Attraktivität				
10. Vertrauen				
11. Verbundenheit				
12. Gestaltung persönlicher Freiheit				
13. Sexualität				
14. Tiere				

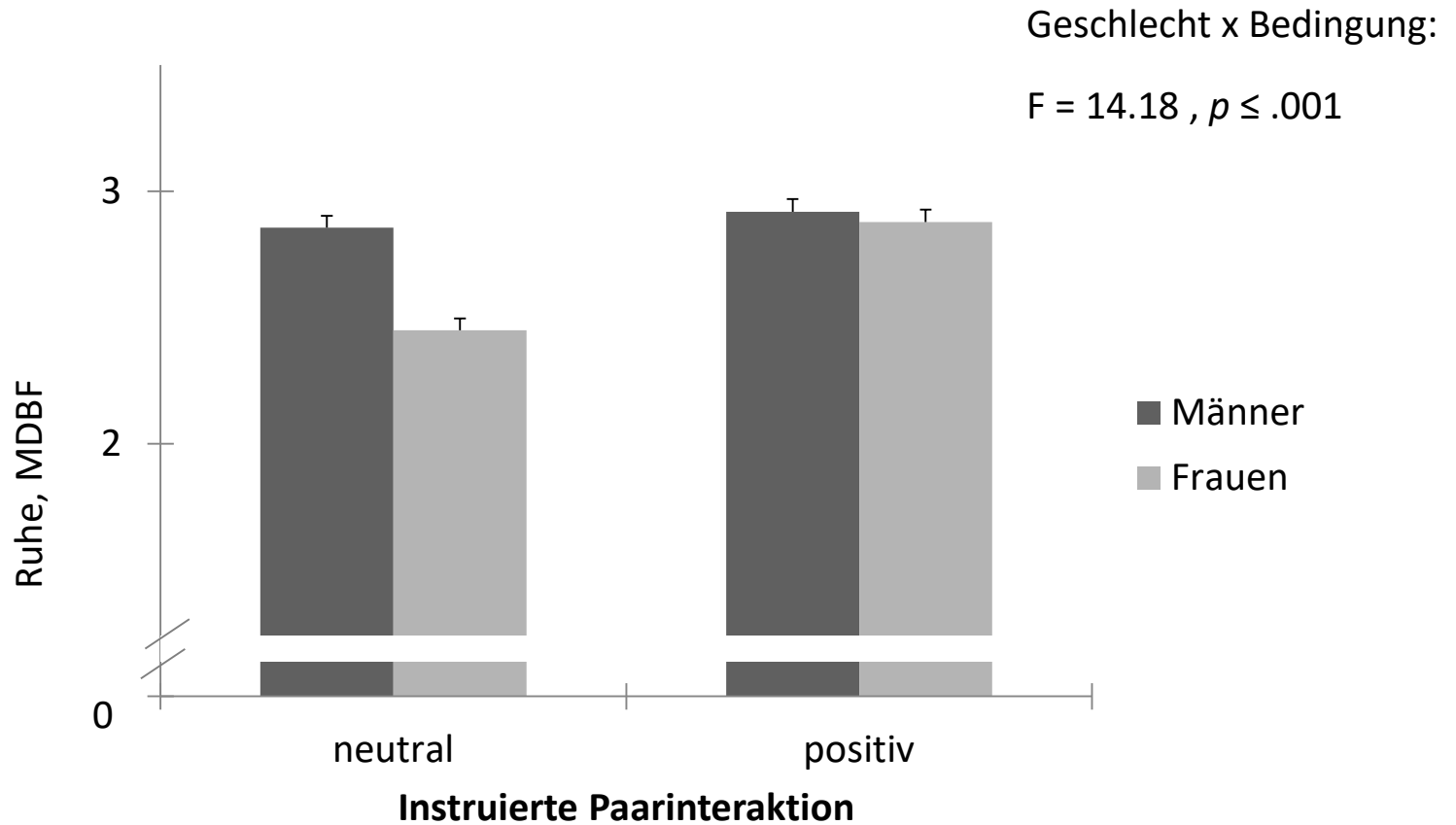


N = 160
Einschluss
Ausschluss
Kontrolliert für

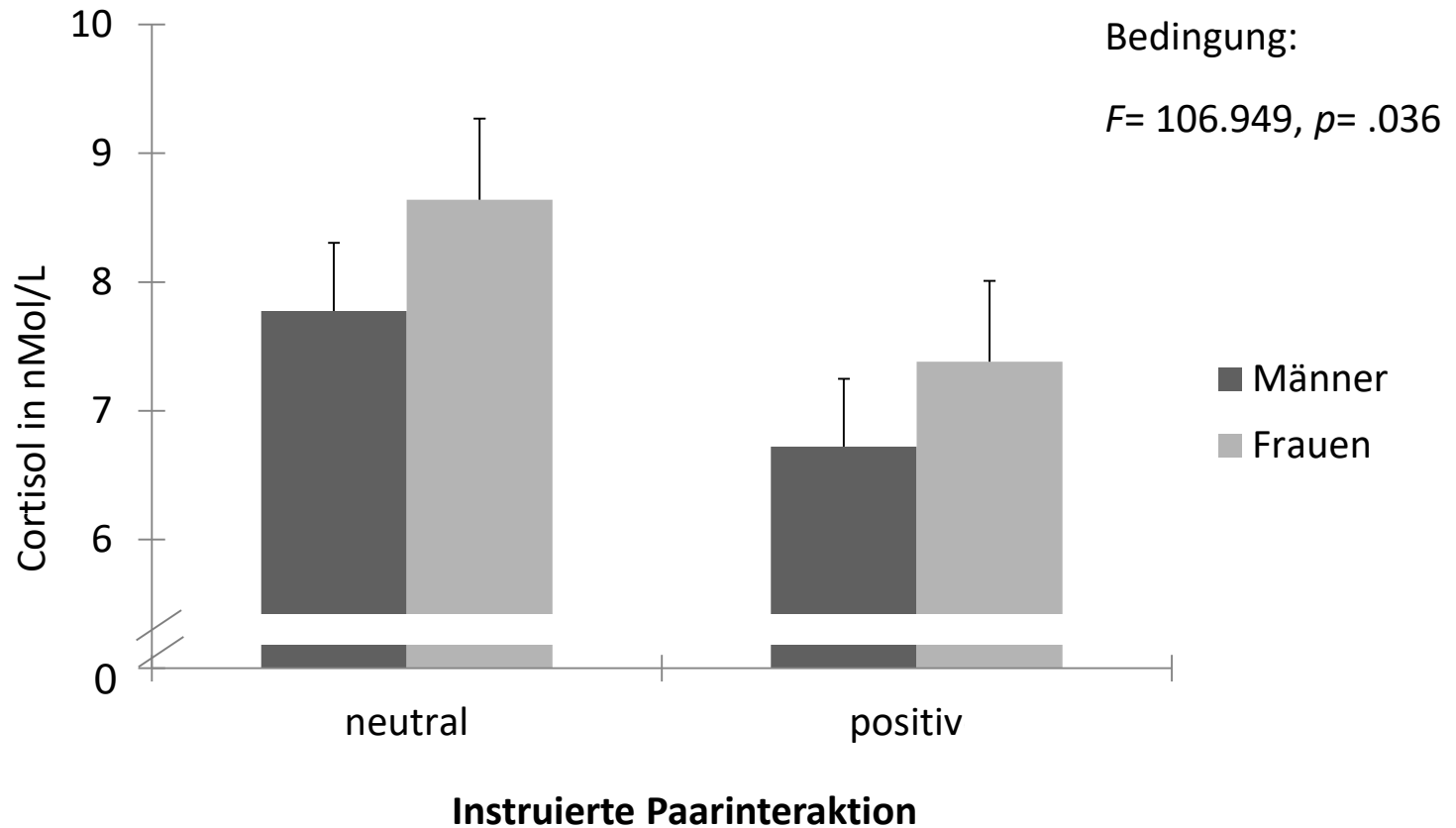
(80 Paare), Alter: 21-50 Jahre
 Partnerschaftsdauer > 1J.;
 Rauchen, HC, Drogen, Schwangerschaft o. Stillen, med. o. psych. Erkrankungen;
 Zyklusphase, Sport, Essen, Koffein und Tageszeit

→
 1 Woche

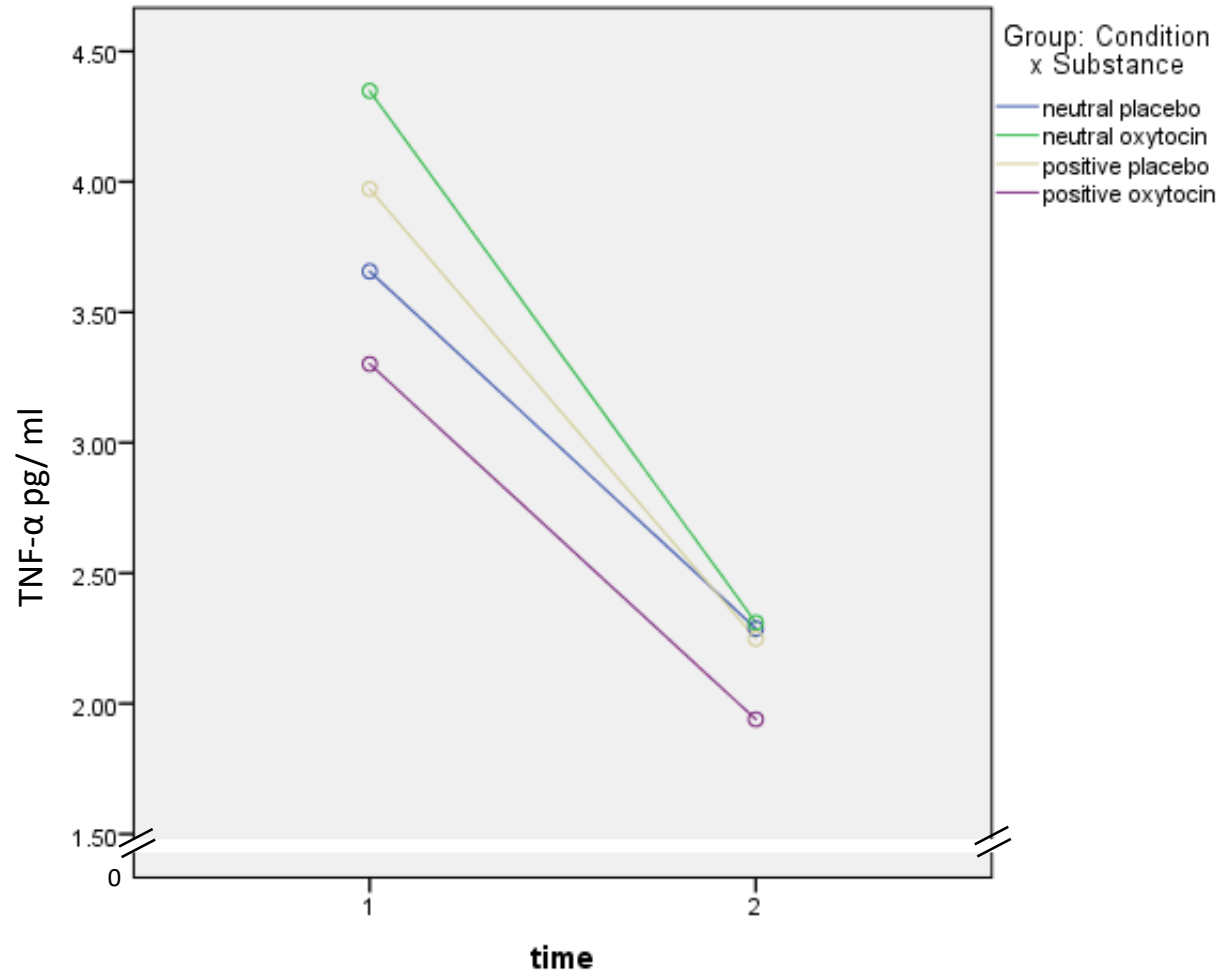
Instruierte Paarinteraktion und Ruhe



Instruierte Paarinteraktion und Cortisol



Oxytocin, instruierte Paarinteraktion und TNF α



Oxytocin, freundliches Verhalten und TNF- α



Im Trend reduzierte Oxytocin TNF- α levels 24h nach Wundapplikation (N= 159, df_e = 155, F= 2.96, p= .087).

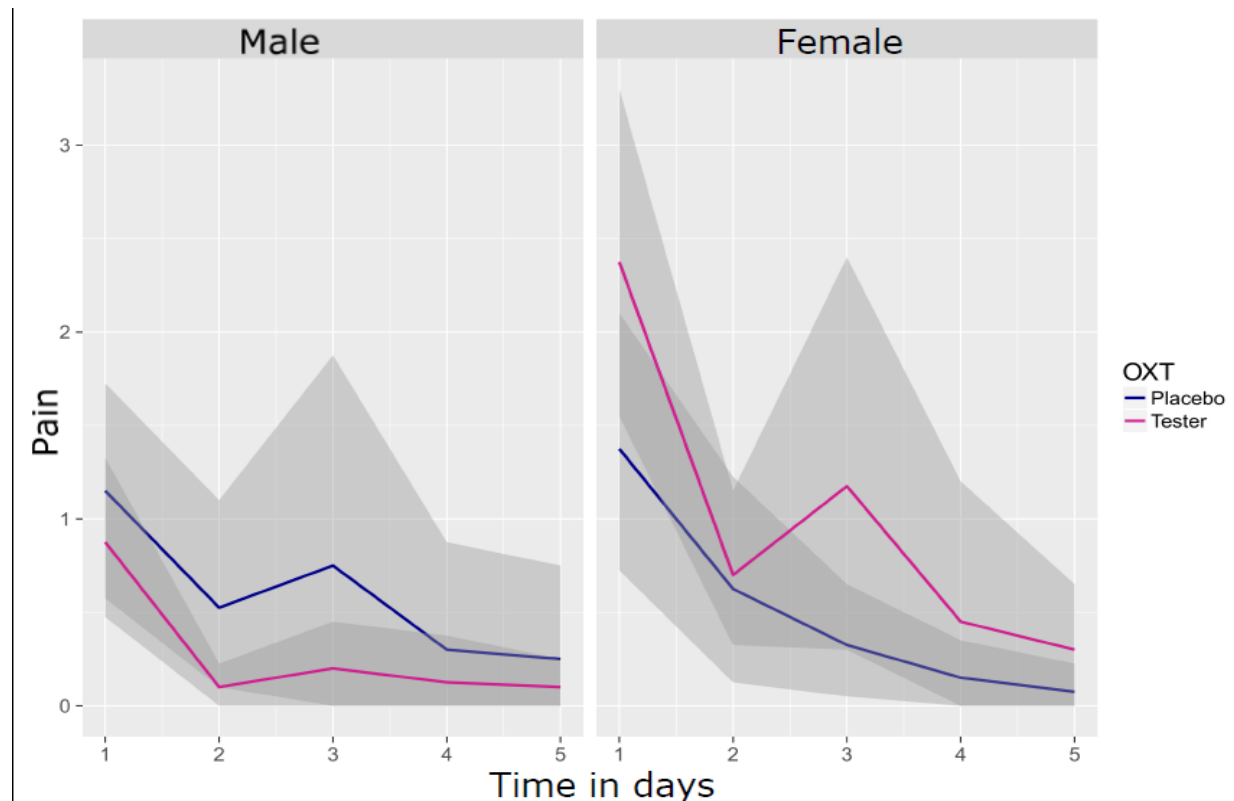
Freundliches Verhalten während der Paarinteraktion war mit niedrigeren TNF- α Werten assoziiert (N= 159, df_e = 155, F= 9.26, p= .003).

Intranasales Oxytocin und freundliches Verhalten interagierten in der Reduktion der TNF- α Werte (N= 159, df_e = 155, F= 5.93, p= .016).

Oxytocin, instruierte Paarinteraktion und Schmerz



Während Oxytocin in der Wundheilungsstudie die Schmerzwahrnehmung bei den Männern reduzierte, verstärkte es sie bei den Frauen.

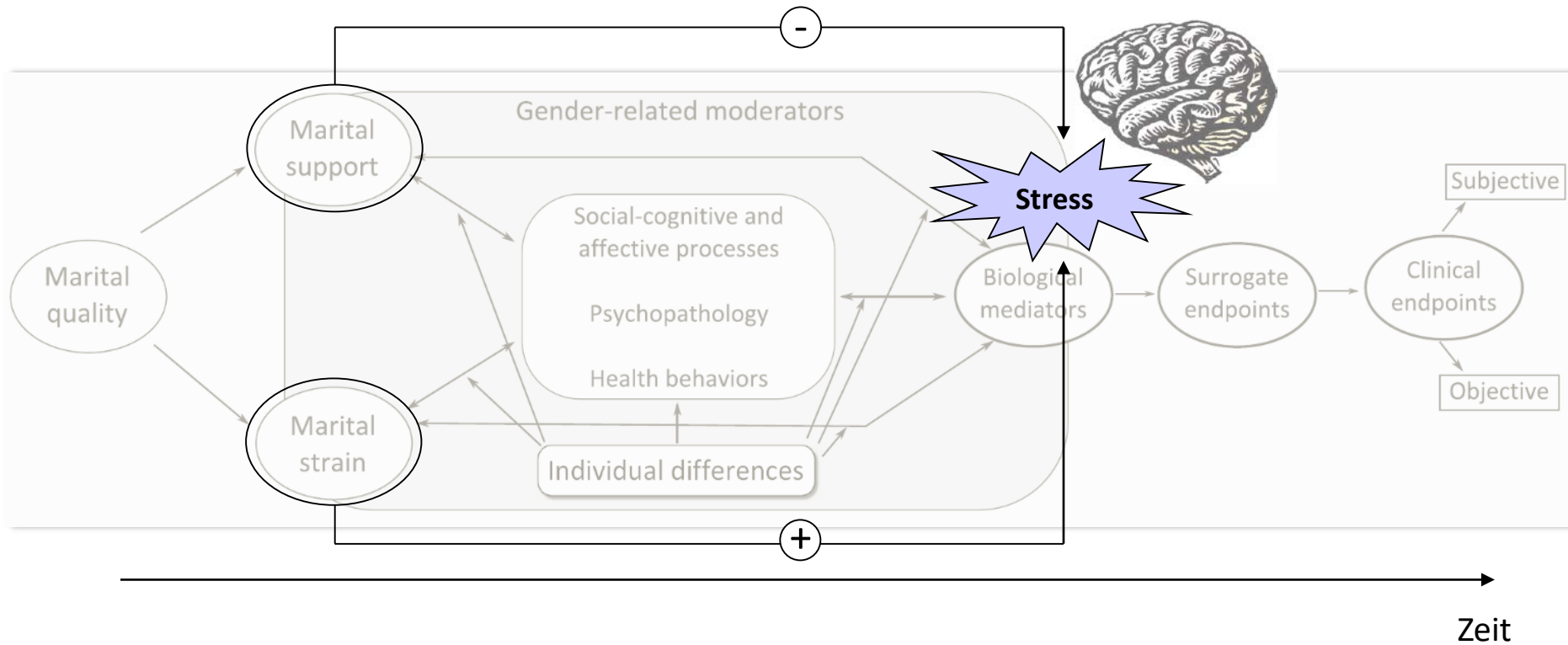


Clinical Trials zu Oxytocin und psychischen Störungen

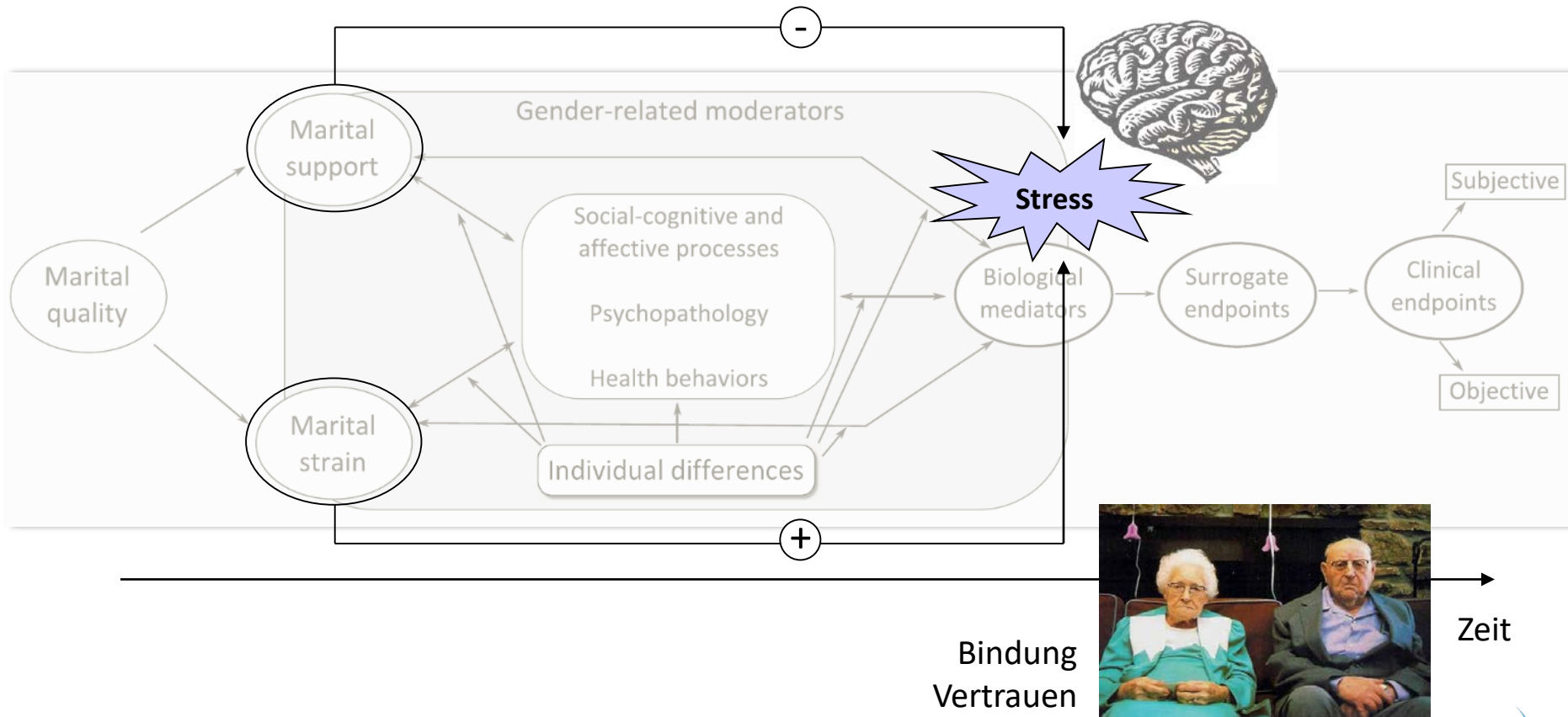
Laut ClinicalTrials.gov wurden oder werden momentan ca. 200 Studien zu den Effekten von Oxytocin bei psychischen Störungen durchgeführt:

- 24 zu Depression
- 22 zu Anxiety
- 41 zu Pain
- 28 zu Schizophrenia
- 40 zu Autism
- 8 zu Addiction
- 34 zu Trauma oder PTSD
- Ca. 7 zu Personality Disorders

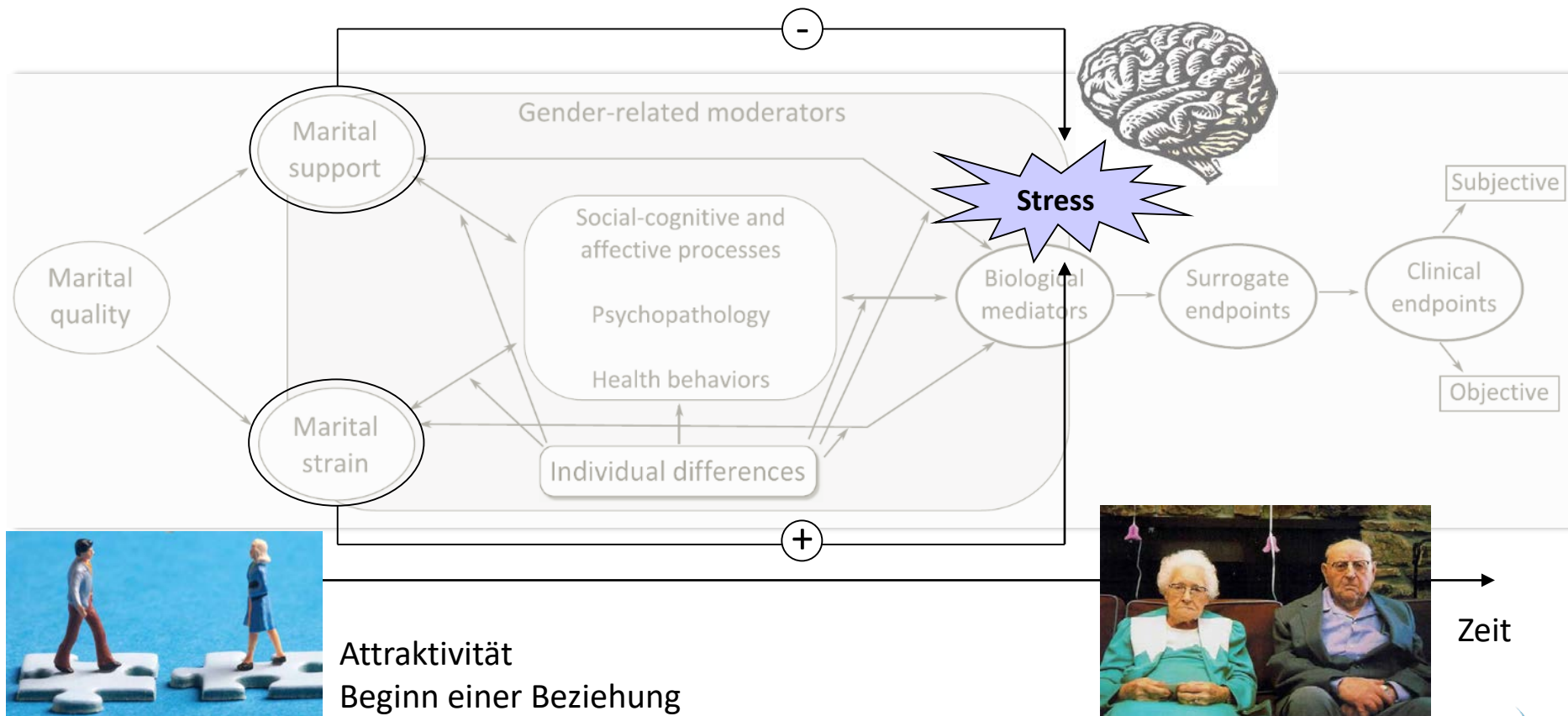
Paarinteraktion und Stress



Paarinteraktion und Stress



Paarinteraktion und Stress



Fisher, *Neuroendocrinol Lett*, 2002; Arch Sex Behav, 2002; Bartels & Zeki, *Neuroreport*, 2002; Marazitti et al., *Psychoneuroendocrinology*, 2003, Baskerville & Douglas, *CNSNS&Ther*, 2010

Diskussion

Partnerschaftsqualität, Bindung und Paarinteraktion beeinflussen die psychische und körperliche Gesundheit.

Von einer (chronischen) psychischen oder körperlichen Erkrankung ist die Partnerschaft unmittelbar betroffen.

→ Einbeziehen der Beziehung in das Krankheitskonzept

→ Einbeziehen des Partners in die Therapie

Anwendung: Psychotherapie im Paarkontext



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

PSYCHOTHERAPIE
UND PSYCHOLOGISCHE BERATUNG



AMBULANZ

Institut für Medizinische Psychologie
Zentrum für Psychosoziale Medizin
Universitätsklinikum Heidelberg



WIE BEHADELN WIR?

Auch in belastenden Gesundheits- und Lebenssituationen verfügen Menschen über psychische, körperliche und soziale Widerstandskräfte, die wir in der Therapie und Beratung identifizieren wollen. Deshalb verbringen wir in den Gesprächen oft mehr Zeit mit dem Suchen nach Lösungsmöglichkeiten als mit dem Aufdecken und Besprechen von Problemen. In diesen Prozess beziehen wir die Ehe- oder Lebenspartner der Patienten als Mitbetroffene und Unterstützende ein. Die Behandlung erfolgt deshalb bevorzugt im Paarsetting.

Das Angebot basiert auf einem breiten Spektrum von Verfahren: kognitive Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, systemische Psychotherapie und Musikpsychotherapie. Wir evaluieren unsere Arbeit wissenschaftlich.

WARUM THERAPIE IM PAAR?

Häufig sind durch die Erkrankung einer Person beide Partner gemeinsam betroffen. Wie beide mit der (ggf. chronischen) Erkrankung umgehen und wie sie die Situation für sich als Paar wieder verbessern können, ist deshalb der Fokus unserer Arbeit. Es hat sich gezeigt, dass die Partnerschaft für den Verlauf und die Bewältigung einer individuellen Erkrankung ein außerordentlich wichtiger Faktor ist, und diesen Bereich wollen wir mit unserem Angebot stärken. Selbstverständlich bieten wir aber für Menschen ohne nahe Beziehung Einzelgespräche an.



Das Kernteam der psychotherapeutischen Ambulanz am Institut für Medizinische Psychologie, von links nach rechts: Sabine Rittner, Rupert Maria Kohl, Christina Hunger-Schoppe, Anna-Lena Zietlow, Beate Ditzen, Jochen Schweitzer, Tewes Wischmann

UNSERE AMBULANZ

In der Ambulanz des Instituts für Medizinische Psychologie arbeiten PsychotherapeutInnen unterschiedlicher therapeutischer Richtungen in einem gemeinsamen Team.

WEN BEHADELN WIR?

Wir behandeln Personen mit einer psychischen Erkrankung sowie Personen, die aufgrund einer körperlichen Erkrankung auch psychisch stark belastet sind.

Unser Angebot richtet sich insbesondere an Patientinnen in der Zeit nach einem stationären Aufenthalt im Universitätsklinikum Heidelberg, wenn eine ambulante psychotherapeutische Weiterbehandlung ggf. andernorts nicht rechtzeitig begonnen oder bei der jeweiligen Erkrankung nicht angeboten werden kann.

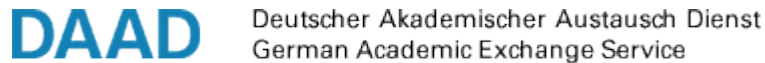
Danke

... an alle StudienteilnehmerInnen

... an das frühere Team in Zürich

Guy Bodenmann, Ulrike Ehlert, Ian Gold, Kurt Hahlweg, Christine Heim, Markus Heinrichs, Christiane Hoppmann, Peter Kirsch, Petra Klumb, Severin Läuchli, Janek Lobmeier, Urs Nater, Marie Prévost, Jim Rilling, Heather Rupp, Kim Wallen, Larry Young

... an das Team in Heidelberg



Danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit!