

Trauma und Traumafolgen verstehen II



Referentin: Dr. med. Brigitte Bosse
Limburg 28. Mai 2020

dr.bosse@traumainstitutmainz.de

Gliederung

II. Folgen der Traumatisierung

- I. ACE-Studie
- II. Körperlich - biomolekular
- III. Epigenetisch
- IV. Sozial
- V. Transgenerational

I. ACE-Studie

- **Die Ergebnisse der ACE-Studie mit 17000 TN (Felitti 1998)**
- Nur 1/3 der Untersuchten hat 0 ACE
- Kindheitstraumata kommen oft und in allen Bevölkerungsschichten vor
- Traumatisierungen in der Kindheit haben einen deutlichen Einfluss auf die spätere Gesundheit
- Je mehr Arten von Kindheitstraumata erlebt wurden, desto größer ist der negative Einfluss auf die spätere Gesundheit

ACE-Studie - Auswirkungen auf die Gesundheit

- Die ACE-Studie belegt, dass vorhandene Kindheitstraumata sich deutlich auf die spätere Gesundheit im Erwachsenenalter auswirken. Wenn sechs oder mehr Traumatisierungen in der Kindheit vorliegen, verringert sich die Lebenserwartung sogar um durchschnittlich 20 Jahre.
- Das Risiko für Suizid steigt um das Dreißigfache
- Das Risiko für Alkoholabhängigkeit um das Siebenfache
- Stresserkrankungen –Diabetes, Übergewicht, Herz-, Kreislaufstörungen

ACE - erhöhtes Risiko

- zu Rauchen
- des Alkohol- oder Drogenmissbrauchs
- an einer Essstörung zu erkranken (v.a. Übergewicht)
- an Leber-, Herz- oder Lungenerkrankungen zu erkranken
- an Depression und anderen psychischen Störungen zu erkranken
- einen Selbstmordversuch zu begehen
- für Fröhschwangerschaften oder Totgeburten
- sich mit einer sexuell übertragbaren Krankheit anzustecken
- Knochenbrüche zu erleiden
- an unterschiedlichen Krebsarten zu erkranken

II. Körperliche Folgen – Stresserkrankung auf zellulärer Ebene

- Ein wichtiger Risikofaktor für eine psychische Erkrankung ist die Summe des Stresses im Laufe eines Lebens
- Traumatisierung führt zu Folgestörungen wie Depressionen oder PTSD. Diese gehen mit einer vorzeitigen Alterung des Immunsystems um ca 15-30 J. einher
- Stress bedingt ein Ansteigen von Entzündungsparametern, eine systemische Immunaktivierung - proinflammatorische Cytokine (Interleukin)
- Die Höhe der Cytokininfreisetzung in Blutzellen(PBMCs) korreliert mit der Schwere sexuellen Missbrauchs (Kolassa, 2020)
- Erhöhte TNF-Werte
- CRP - Anstieg(c-reaktives Protein)
- veränderte Cortisolspiegel

Stress

- Stress bedingt ein Ansteigen von Entzündungsparametern, eine systemische Immunaktivierung - proinflammatorische Cytokine (Interleukin)
- proinflammatorische Cytokine (Interleukin) sind Botenstoffe des Immunsystems, sie leiten eine Entzündung ein. Sie locken Immunzellen zum Ort der Infektion. Dadurch wird vermehrt Sauerstoff verbraucht. Es entsteht oxidativer Stress
- Die Höhe der Cytokininfreisetzung in Blutzellen(PBMCs) korreliert mit der Schwere sexuellen Missbrauchs (Kolassa, 2020)
- Telomere („Proteinhüllen = Schutzkappen“ der Chromosomenenden) Verkürzung als Indikator der Zellalterung – ist ein Telomer „abgenutzt“ stirbt die Zelle → Abschätzung Lebenserwartung
- Kinder stark gestresster Mütter haben kürzere Telomere (Entringer 2011, 2013)

Stress

- Mittels „untargeted Metabolomics kann mit relativ hoher Genauigkeit ein Stoffwechselprofil für Missbrauch und Misshandlung in der Kindheit und PTSD im Blutserum gefunden werden.“ (Kolassa 2020)
- Sichtbare Veränderungen am Gen des Glucocorticoidrezeptors im Hippocampus von Suizidopfer, die eine traumatisierende Kindheit hatten. Unfallopfer hatte normale Gehirnzellen (McGowan et al. 2009)
- Epigenetische Veränderungen (Mundschleimhaut-Abstrich) bei ehemaligen rumänischen Heimkindern korrelieren mit charakteristischen sozialen Defiziten (Kumsta 2016)

Stresserkrankung

- ▶ Psychosozialer Stress aktiviert Entzündungsvorgänge: Immunaktivierung mit chronisch unterschwelliger Entzündung. Daraus folgt ein erhöhtes Erkrankungsrisikos für
- ▶ Autoimmunerkrankungen
- ▶ Fibromyalgie
- ▶ Entzündliche Darmerkrankungen
- ▶ Allerg. Asthma
- ▶ Multiple Sklerose
- ▶ Tumorerkrankungen
- ▶ Herz-Kreislaufkrankungen

III. Epigenetik – veränderte Stressreaktion in der Folgegeneration

- Epigenetik ist die Weitergabe erworbener Information ohne Veränderung der DNA-Sequenz. Sie ist die Sprache in der das Genom mit der Umwelt kommuniziert.
- Mausversuch: Väterlicher Stress verändert microRNA und hat Einfluß auf die Stressachse der Kinder (zeitlebens veränderter Stressreaktion)
- Stress - microRNA in gesunde befruchtete Eizellen implantiert führt dazu, dass Nachkommen eine veränderte Stressreaktion zeigen (Rodgers 2015)
- !!. September: Schwangere Frauen im II. und III. Trimenon
- Mütterliche PTSD korreliert mit veränderter Stressreaktion (Cortisol sinkt) bei den Kindern (Yehuda 2009)
- PTSD-Symptomatik bei Kinder von Holocaustüberlebenden (Yehuda 2005)

Soziale Folgen - altersabhängig

- Bindungsstörungen
- Entwicklungsstörungen
- Sexuelle Funktionsstörungen

- Altersabhängige Schädigungsfolgen
 - Ausreifung der Amygdala bis ca 3.Lj
 - Ausreifung des Hippocampus bis ca 5.Lj.

- Vulnerable Phasen für Jungen: 11-15.Lj.
für Mädchen: 3-5; 9-11; 15-16.Lj.

Lernstörungen

- Einschränkung der Lernfähigkeit
- Empathiefähigkeit
- Gerechtigkeitssinn
- Stress-/ Angsttoleranz
- Sprachfähigkeit
- Abstraktes Denken
- Rechnen
- Räumliches Denken
- Künstlerische Fähigkeiten

Soziale Folgen

- Selbstwertstörungen
- Leistungsbeeinträchtigung
- Einschränkungen der Zukunftsperspektive
- Beziehungs-/Partnerschaftsprobleme
- Impulskontrollstörungen
- Psychische Störungen
- Einschränkung der Lebensqualität

Traumafolgekostenstudie

- Fegert (2015) beziffert die jährlichen Kosten infolge von physischer, psychischer oder emotionaler wie sexueller Gewalt auf ca 11 Mrd€
- 1,6 Mio Betroffene
- sexuelle Gewalt – 1-2 Schulkinder pro Klasse
- 6708.- € Traumafolgekosten pro Fall und Jahr

Folgerungen daraus:

- Prävention
- Verhindern von Retraumatisierung
- Kürzere Fristen bis zum Beginn der Behandlung
- Verbesserung der Versorgung von Risikogruppen (Geflüchtete, Migrantenfamilien)

IV. Soziale Folgen - erhöhtes Risiko für

- Schlechtere Schulqualifikation
- Probleme im Berufsleben
- Finanzielle Probleme
- Kriminelle Handlungen
- Frühzeitigen Geschlechtsverkehr; Ungewollte Schwangerschaften (Teenager); Totgeburten
- Vergewaltigung (Sechsfaches Risiko bei mehr als vier ACEs)
- Frühzeitigen Beginn zu Rauchen
- Obdachlosigkeit
- Armut

Soziale Folgen – der kleine Unterschied

- Das Risiko körperlich oder sexuell misshandelt zu werden ist in früher Kindheit für Mädchen und Jungen annähernd gleich
- Später steigt für Mädchen und Frauen das Risiko für Mißhandlung im sozialen Nahraum. Jungen und Männer werden eher von Fremden angegriffen
- Frauen neigen zu autoaggressiver, internaler Verarbeitung: „Ich bin schuld“
- Männer neigen zu aggressiver, externaler Verarbeitung: Angriff und Täterfixierung
- Frauen in der Psychiatrie – Männer im Gefängnis
- Frauen haben und beklagen öfter PTSD als Männer

V. Transgenerationales

- ▶ Oxytocin – das „Kuschelhormon“
Wenn Eltern ihre Kinder streicheln, füttern, in den Arm nehmen, kuscheln, steigt auf beiden Seiten der Oxytocinspiegel.
Oxytocinmangel bei vernachlässigten und mißhandelten Kindern (Fries 2005)
- ▶ Erziehung – Johanna Haarer „Die (deutsche) Mutter und ihr erstes Kind“
Bindung wird verhindert: dem „kleinen Tyrannen“ Grenzen setzen
- ▶ Harald Welzer – „Opa war kein Nazi“
Überlebensschuld
Lücken in der Erzählung werden mit Phantasien gefüllt
- ▶ Scham, Schuld, PTSD
- ▶ Parentifizierung

Transgenerationales

Wenn Eltern , z.B. im Krieg oder auf der Flucht oder unter Verfolgung oder unter schwerer Krankheit so viel gelitten haben, dürfen Kinder

- Sie nicht enttäuschen
- Sie nicht verletzen,
- Sie nicht kritisieren

Vielleicht dürfen sie nicht einmal ein eigenes Leben haben.
Alles Erleben und Erleiden misst sich am Leid der Elterngeneration