

# Angst



**A**ngst ist eines der unangenehmen Gefühle – obwohl sie ganz natürlich ist und uns Menschen davor schützt, unbedacht Risiken einzugehen. Damit ist Angst eigentlich etwas Gutes. Im Gegensatz dazu ist grundlose Angst ein Zustand, der die Lebensqualität sehr negativ beeinträchtigen kann. Angst gilt sogar als ernst zu nehmende Erkrankung, die behandelt werden muss, wenn sie über einen längeren Zeitraum bestehen bleibt.

## Derzeit macht uns die Corona-Pandemie viel Angst.

Wir leben mit dem Virus namens SARS-CoV-2 seit gut einem Jahr. Viele von uns haben zu Anfang das Risiko einer „Corona-Infektion“ bagatellisiert. Doch die Pandemie hat uns gelehrt, dass sie bei den einen harmlos verläuft, bei vielen anderen aber gefährlich werden kann. Wer nun selbst erkrankt, der möchte natürlich gern zu denen gehören, bei denen die Krankheit harmlos verläuft – und danach durch die erworbene Immunität geschützt sein. Doch was passiert, wenn man erkrankt und zu der Gruppe gehört, bei denen die Erkrankung schwer verläuft? Das weiß man eben nicht und das macht uns Angst, die nicht wegzudiskutieren ist.

Für viele bedeutet diese Angst, dass man nun alles vermeidet, was das Ansteckungsrisiko erhöht. Manche bleiben nur noch im Haus – oder sitzen allein im eigenen Pkw mit einer Schutzmaske: Angst kann auch irrational sein.

## Irrationale Angst kann sehr gefährlich werden.

Wir sehen das in unseren Krankenhäusern: Viele Menschen nehmen Behandlungen derzeit einfach nicht wahr, weil sie Angst haben, sich im Krankenhaus zu infizieren. Planbare Operationen werden abgesagt, verschoben. Das mag bei einer Kniegelenk-OP problemlos möglich sein (*dann muss man eben noch Monate mit Schmerztabletten weiterlaufen*). Lebensgefährlich wird es aber, wenn man aus Angst vor einer Infektion auch bei womöglich schwer-

wiegenden Erkrankungen die Klinik meidet: So erleben viele Hausärzte, dass Patienten einen Herzinfarkt erlitten haben und nicht in die Klinik gegangen sind.

Auch viele Menschen mit Diabetes meiden derzeit den Besuch beim Diabetologen oder eine notwendige Krankenhausbehandlung. Wir sehen das bei uns im *Diabetes Zentrum Mergentheim* so oft wie nie zuvor. Dabei erleben wir auch, wie uns Menschen mit einer sehr schlechten Blutzuckereinstellung und mit Folgeschäden meiden – eben aus Angst vor einer Corona-Infektion. **Hier heißt es abwägen:** Ist es gefährlicher, mit meinem schlecht eingestellten Diabetes zu leben – oder ist es gefährlicher, mich im Krankenhaus behandeln zu lassen?

**Mein Blickwinkel:** Ein schlecht eingestellter Diabetes, eine gefährliche Folgeerkrankung erhöhen das Risiko für einen ungünstigen Ausgang einer Corona-Infektion immens. Das Risiko, sich **bei einem guten Hygienekonzept** in einer Klinik zu infizieren, ist hingegen klein. Ich empfehle allen Menschen, die eine ärztliche Behandlung z. B. in einem Krankenhaus dringend benötigen: Schauen Sie sich das Hygienekonzept der Klinik gut an – bei uns werden z. B. am Aufnahmetag Corona-Abstriche durchgeführt. Und die angereisten Patienten gehen für einen Tag bis zum Vorliegen des negativen Test-Ergebnisses in Quarantäne. Abstandsregeln und Mund-Nase-Schutz sowie FFP2-Masken bei den Behandlern sind selbstverständlich. Dort, wo man sich gegenüber sitzt, z. B. beim Essen, trennen Plexiglaswände.

**So gesehen rate ich jedem,** der einer Behandlung bedarf, sich nicht aus Angst vor einer Infektion zu verkriechen und so seine Gesundheit zu riskieren. Das Risiko, sich außerhalb einer Klinik zu infizieren, ist viel höher als bei den strengen Hygienerichtlinien in den meisten Arztpraxen und Kliniken. Überwinden Sie die Angst, und riskieren Sie nicht Ihre Gesundheit. **PROF. THOMAS HAAK, CHEFREDAKTEUR** ✖

Abwägen: Ist es gefährlicher, trotz schlechter Werte und Diabetesfolgen nicht in die Klinik zu gehen? Oder ist das Corona-Infektionsrisiko in der Klinik höher?