

■ MEDIZIN IN KÜRZE

Psychisches Trauma wird per fMRT sichtbar

FLORENZ (mut). Eine posttraumatische Belastungsstörung (PTSD) lässt sich per fMRT erkennen, haben Forscher bei einem Kongress in Florenz berichtet. Psychiater um Professor Florin Dolcos aus Kanada haben 42 US-Soldaten, die Hälfte davon mit PTSD, per fMRT untersucht. Dabei mussten die Probanden Denkaufgaben meistern. Gleichzeitig wurden ihnen Kampfszenen oder neutrale Fotos gezeigt. Die Patienten mit PTSD wurden dabei von allen Fotos gleichermaßen abgelenkt, die ohne PTSD nur von den Kampfszenen. Ablenkung äußerte sich dabei in einer erhöhten Aktivität in der Amygdala und einer reduzierten Aktivität im präfrontalen Kortex.

Antidepressive Therapie kann Blutdruck erhöhen

NEU-ISENBURG (ikr). Bei Patienten, die trizyklische Antidepressiva erhalten, sollte der Blutdruck im Auge behalten werden. In einer Studie hatten Patienten mit unbehandelter Depression oder Angststörung signifikant niedrigere Blutdruckwerte als Gesunde (Hypertension Online 2009). Patienten, die trizyklische Antidepressiva einnahmen, hatten höhere Werte als Gesunde und als nicht behandelte Patienten. Die Einnahme von SSRI hatte keinen nennenswerten Einfluss auf den Blutdruck.

Wärme lässt den Kopf dröhnen

BOSTON (hub). Mit der Außentemperatur steigt auch das Risiko für Kopfschmerzen: und zwar pro fünf Grad Celsius um 7,5 Prozent. Das hat die Auswertung der Daten von über 7000 Patienten ergeben, die wegen Kopfschmerzen in die Notfalleinweisung kamen, teilt die Harvard Medical School in Boston mit. Auch ein niedriger Luftdruck war mit einer erhöhten Kopfschmerzrate verbunden.

Bei posttraumatischem Stress hilft Ecstasy

TRONDHEIM (hub). Patienten mit PTSD profitieren von einer pharmakologischen Ecstasy-Version (J Psychopharmacol online). Die Substanz plus Psychotherapie verbesserte in einer Studie den Zustand bei 92 Prozent der zuvor therapieresistenten 21 PTSD-Patienten.

Mit Musik gegen den visuellen Neglect

LONDON (mut). Patienten, die nach einem Schlaganfall einen visuellen Neglect haben, können ihre Wahrnehmung offenbar verbessern, indem sie ihre Lieblingsmusik hören. So konnten Schlaganfall-Patienten in einer Studie optische Reize im betroffenen visuellen Feld mit der Lieblingsmusik besser wahrnehmen als ohne Musik oder mit Musik, die sie nicht mochten (PNAS online).

Dauerdaddeln aus Mangel an Anerkennung

PC-Spiele sind selbst aus Kinderzimmern nicht mehr wegzudenken. Problematisch wird es, wenn junge Menschen fast nur noch in virtuellen Welten leben.

Von Uwe Groenewold
und Thomas Müller

Ein neunjähriger Junge glaubt tatsächlich, dass Menschen mehrere Leben haben. Sein Wissen über die Welt hat er fast ausschließlich aus Computerspielen erfahren. Beispiele wie dieses nannten Experten vor kurzem auf dem DGKJP-Kongress in Hamburg. Die Psychiater spüren offenbar immer mehr die Auswirkungen eines starken Medienkonsums.

Beliebter ist nur noch Fernsehgucken

So verbringen Kinder und Jugendliche inzwischen den größten Teil ihrer Freizeit mit Fernsehen und Computerspielen – Jungen im Schnitt sieben Stunden täglich, Mädchen etwa sechs Stunden.

Diese Zahlen gehen aus einer aktuellen Umfrage zur Mediennutzung bei Jugendlichen in Deutschland hervor. Dazu hat das Kriminologische Forschungsinstitut Niedersachsen (KFN) 44 600 Neuntklässler befragt (wir berichteten). Video- und Computerspiele sind nach dem Fernsehgucken die zweitwichtigste Freizeitaktivität: 15-jährige Jungen spielen an Schultagen mehr als zwei Stunden täglich, Mädchen knapp eine Stunde. Auch bei Fünftklässlern ist der Konsum schon beeindruckend: Die im Schnitt elfjährigen Jungen spielen täglich eine Stunde mit PC oder Spielkonsole, bei den Mädchen sind es erst 23 Minuten, hat eine andere Studie bei über 1150 Berliner Schülern ergeben.



Spielen bis zur Erschöpfung: Gerade für junge Männer ist das oft Alltag.

Foto: dpa

Geben solche Zahlen Grund zur Besorgnis? Professor Michael Schulte-Markwort aus Hamburg warnte auf dem DGKJP-Kongress vor einer pauschalen Verteufelung der neuen Medien. „Gesunde Kinder werden nicht geschädigt, wenn der Medienkonsum in ein normales Familienleben eingebettet ist und Eltern ihre Kinder medienkompetent erziehen.“ Der bewusste Umgang mit Computern und sinnvollen interaktiven Spielen könne Studien zufolge sogar zu einer Verbesserung der Feinmotorik und zu einer frühen Sprachkompetenz führen. „Suchtgefährdet sind vor allem Kinder, die sowieso schon psychisch auffällig sind.“

30 Stunden pro Woche zu spielen, deutet auf Sucht.

Spiel-Abhängigkeit seien etwa, wenn jemand mehr als 30 Stunden pro Woche in virtuellen Welten abtaucht, so Professor Rainer Thomasius aus Hamburg. Generell gelten für die Diagnose einer Spielsucht ähnliche Kriterien wie für stoffgebundene Süchte: Wenn Menschen die Frequenz und Dauer ihres Spielekonsums

nicht mehr kontrollieren können, wenn sie Nachteile wie schlechte Schulnoten in Kauf nehmen und wenn sie ihr Leben ganz darauf ausrichten, möglichst lange spielen zu können. Dabei drehen sich ihre Gedanken selbst dann um das Spiel, wenn sie mal nicht vor dem Computer sitzen. Nach diesen Kriterien galten in der KFN-Studie drei Prozent der Jungen und 0,3 Prozent der Mädchen im Alter von etwa 14 Jahren als computerspielsüchtig.

Online-Rollenspiele sind besonders suchtgefährdend

Angebote wie das Rollenspiel „World of Warcraft“ sind dabei besonders suchtgefährdend: Zu solchen Spielen treffen sich oft tausende Teilnehmer per Internet in virtuellen Welten und müssen in Gruppen komplexe Aufgaben lösen. „In diesen mythischen Welten herrscht niemals Stillstand oder Langeweile. Ständig geschehen unterhaltsame und überraschende Dinge. Diese Welt existiert parallel zur Alltagswelt und ändert sich, unabhängig, ob ein Spieler eingeloggt ist oder nicht“, heißt es im KFN-Bericht. Die Spieler entwickeln in der virtuellen Welt soziale Bindungen mit anderen Menschen. Wer viel Zeit im Spiel verbringt, wird belohnt, und

das Sozialprestige innerhalb der Gruppe steigt. Allerdings verlieren sich häufig solche Menschen in virtuellen Welten, denen es in der realen Welt an Anerkennung fehlt. Thomasius: „Eine Computerspielsucht steht nie allein da, sondern wird oft begleitet von Depressionen oder ADHS.“

Was ist zu tun? Patentlösungen gibt es nicht. Vorschläge der Experten auf dem Kongress waren etwa eine Selbstkontrolle der Spiele-Industrie mit Hinweisen auf die Suchtgefahr ihrer Spiele – doch das gilt als schwer realisierbar. Verstärkt werden müssten auch Hilfsangebote für Familien in Suchtberatungsstellen. So wurde im Hamburger UKE das Projekt „Lebenslust statt online Flucht!“ eingerichtet; ein Gruppenprogramm für Jugendliche mit problematischem Computergebrauch. Notfalls, so Thomasius, machen Betroffene auf der Suchtstation sogar einen echten Entzug. Hilfreich könnte zudem die Einrichtung von Ganztagschulen mit zusätzlichen Freizeit- und Gruppenangeboten sein.

Wichtig: Auch Eltern sollten sich dafür interessieren, was ihre Kinder sehen und spielen. Ein Computerverbot gilt als kontraproduktiv, weil es die Spiele nur noch attraktiver macht. Besser wäre, man wählt Sendungen und Spiele gemeinsam aus und legt Spielzeiten fest.

■ DREI FRAGEN – DREI ANTWORTEN

„Computerspiele alleine lösen noch keine Gewalt aus“

Gewalthaltige Computerspiele machen nicht zwangsläufig aggressiv, weiß der Diplompsychologe Florian Rehbein.

Ärzte Zeitung: Nach dem Amoklauf in Winnenden heißt es wieder oft: Ballerspiele machen aggressiv. Stimmt das?

Florian Rehbein: Die Forschung zeigt, dass gewalthaltige Spiele Aggressionen verstärken können. Die Spieler werden wütend, erregt, der Kreislauf wird aktiviert. Gleichzeitig

gewöhnen sich die Spieler langfristig an die Gewalt, etwa wenn sie bei „First-Person-Shootern“ Menschen in den Kopf schießen müssen, weil das effektiv ist und sie weniger Treffer brauchen, oder wenn Blut spritzt und Gliedmaßen abgerissen werden. Damit es in der Realität zu einer Gewalttat kommt, müssen aber sehr viele Faktoren zusammentreffen. Gefährlich sind Gewaltspiele bei Menschen, bei denen sowieso schon etwas brodelt und die dann in den Spielen über Jahre ihre Gewaltfantasien ausleben und in ihren Gewalt legitimierenden Überzeugungen bestätigt werden. Damit sind gewalthaltige Computerspiele als zusätzlicher, niemals aber alleiniger Risikofaktor für gewalttätiges Verhalten zu bewerten.

Ärzte Zeitung: Weshalb begeistern sich vor allem junge Männer dafür?

Rehbein: In den meisten Spielen geht es um Konkurrenz: Wer ist der Beste, Schnellste, Stärkste. Das sind Mechanismen, die Männer besonders ansprechen. In vielen Computerspielen muss man sich als Held durch eine feindlich gesonnene Umgebung schlagen. Auch das spricht Männer stärker an als Frauen und ist auch neurobiologisch begründet.

Ärzte Zeitung: Was können Eltern tun, um exzessiv spielende Kinder vom Bildschirm weg zu locken?

Rehbein: Vor Kurzschlussreaktionen – etwa plötzlich den Stecker zu zie-

hen – würde ich abraten. Wichtig ist, auf Augenhöhe mit den Jugendlichen zu sprechen: Über den Spielekonsum, dass die Familie darunter leidet. Kinder haben oft wenig Problembewusstsein, die negativen Konsequenzen bemerken sie erst später. Manche Spiele wie „World of Warcraft“ lassen sich nur exzessiv spielen. Hier kann man versuchen, mit anderen attraktiven Spielen, etwa Sport- oder Rennspielen, die Zeit vor dem Bildschirm langsam zu verringern. Dabei sollte man immer auch versuchen, Kindern und Jugendlichen vermehrt Erfolge im realen Leben zu ermöglichen. (mut)

Florian Rehbein ist als Diplompsychologe am Kriminologischen Forschungsinstitut Niedersachsen (KFN) tätig.