
Leben mit der Angst: Wie mit den Schreckensbildern der Atom-Katastrophe in Japan umzugehen ist

Veröffentlicht am: 18.03.2011, 9:49

Pressemitteilung von: **rrm RHEIN RUHR MED // M. Raschke**

Die Schreckensbilder vom japanischen Unglücks-Reaktor brennen sich derzeit in das kollektive Gedächtnis. Kein TV-Sender, der nicht über die gefährliche Strahlung berichtet. Überall in den Medien werden Katastrophen-Szenarien beschrieben. Die Bevölkerung in Deutschland gerät zunehmend in Sorge - und das, obwohl der Reaktor gut 9000 km weit entfernt ist. Die Angst scheint unbegründet, und dennoch ist sie da. Ein Phänomen, das sich ausbreiten wird, befürchten Experten. Wie damit im Einzelfall umgehen? "Wir sind als soziale Wesen geprägt, Mitleid zu verspüren und um die eigene Gefährdung zu wissen", sagt Dr. Josef Leßmann, Psychiater und Ärztlicher Direktor der LWL-Psychiatriekliniken Lipstadt und Warstein, im Online-Gesundheitsmagazin www.rheinruhrmed.de. Dennoch rät der Experte im Falle der japanischen Atom-Katastrophe einen kühlen Kopf zu bewahren. "Bei Panikattacken oder Panikgefühlen besteht der erste Schritt der Bearbeitung immer darin, sich das reale Angst auslösende Objekt möglichst in Ruhe und mit Abstand anzusehen", so Leßmann.

Welche Tipps der Experte weiter parat hält, wie sich therapeutisch vorgehen lässt und welchen Einfluss die aktuellen Ereignisse in Japan auf Menschen in Deutschland haben, lesen Sie im Interview auf http://www.rheinruhrmed.de/interview/angst_lessmann.php

Pressekontakt

Herr M. Raschke
Chefredakteur

rrm RHEIN RUHR MED
Gelsenkirchener Straße 181
45309 Essen, NRW

Telefon: 0201-7591340
E-Mail: info@rheinruhrmed.de
Website: www.rheinruhrmed.de

Firmenportrait

www.rheinruhrmed.de ist ein kostenloses und unabhängiges Online-Gesundheitsmagazin für das Rheinland und Ruhrgebiet und wird von einer Gruppe von freien Journalisten aus der Region publiziert. rheinruhrmed.de ist ein reines Informationsportal (ohne jede Beratungstätigkeit!); das Online-Magazin finanziert sich ausschließlich über Werbung.

Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Presseportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Presseportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.de/haftungsausschluss>