

# „Irgendwann setzt uns der Körper eine Grenze“

**TELEFONAKTION** Zahl psychischer Erkrankungen stark angestiegen / Experten beantworten Fragen zu Stress, Burn-out und Therapie / Wichtig, sich jemandem anzuvertrauen

**GIESSEN** (fod). „Plötzlich ging bei mir nichts mehr und ich bin in ein Loch gestürzt. Alles wurde mir zu viel: die Arbeit, die mir eigentlich viel Spaß macht, und selbst meine Familie.“ Diese Schilderung eines Anrufers bei der gemeinsamen Telefonaktion von Anzeiger und Barmer GEK zu Stress und Burn-out ist typisch für solche Fälle. Betroffene fühlen sich „einfach ohnmächtig“ und wissen nicht, wie es weitergehen soll, beschrieb es eine Anruferin. Die beiden sind da keineswegs alleine, psychische Erkrankungen weisen längst Zuwachsraten im zweistelligen Prozentbereich bei Berufstätigen auf.

„Früher waren Rückenprobleme die Hauptursache für den Ausfall an der Arbeit, in den vergangenen Jahren aber sind psychische Erkrankungen als Diagnose stark angestiegen“, bestätigt Birgit Feußner. Die Beraterin für Firmengesundheit und Ansprechpartnerin für Gesundheitskurse bei der Barmer GEK nahm die zahlreichen Anrufe zusammen mit Dr. Thomas Klein, Leiter der in der Nähe von Dillenburg gelegenen Fachklinik Eschenburg, entgegen. Zumindest aber seien psychische Krankheiten mittlerweile „enttabuisiert“, betont Klein. In der Gesellschaft werde offen darüber gesprochen. Die körperliche Symptomatik ist laut Klein vielfäl-



Professionelle Hilfe für den Umgang mit Stress und Burn-out: Klinikleiter Dr. Thomas Klein und Gesundheitsberaterin Birgit Feußner am Anzeiger-Telefon. Foto: Doctor

tig. Seien es nun innere Unruhe oder Erschöpfung, erhöhter Blutdruck oder schnellere Herzrhythmus, Kopf- oder Magenschmerzen. Eine Anruferin ergänzte diese Liste noch um ein weiteres Symptom: „Ich kann nachts nicht mehr richtig schlafen“, berichtet sie und sieht als Grund dafür vor allem Stress am Arbeitsplatz, der sie auch zu Hause nicht loslasse. Während ein Mann erzählt, in einen Angstzustand geraten zu sein, bei dem er sich aus Furcht vor neuen Problemen nicht mal mehr getraut habe, seine Post zu öffnen. „Irgendwann setzt uns der Körper eine Grenze“, weiß Klein um dessen Schutzmechanis-

men. Allerdings sei es ein „schleichender Prozess“. Der sogar bis hin zu somatoformen Schmerzstörungen führen könne, also Reaktionen wie etwa Zahnfleischentzündung oder Parodontose, die auf den ersten Blick überhaupt keine Verbindung zum Auslöser zu haben scheinen. Für die Barmer GEK führt Birgit Feußner im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements bei interessierten Unternehmen einen sogenannten „Balance-Check“ durch. Mit diesem erfolgt die Überprüfung der individuellen Belastungssituation und Regenerationsfähigkeit, „wie gut jemand vom Stress runter-

kommen kann oder ob man ständig der Klinikleiter. Ein Anrufer hat bereits den Weg einer ambulanten Therapie bei einem Psychologen eingeschlagen, hegt jedoch nach noch nicht allzu vielen Terminen bereits Zweifel, „ob sie mir wirklich weiterhilft“. Angesichts seines Wunsches, „dass sich die Welt auch mal einige Wochen um mich dreht“, hält Klein eine stationäre Therapie für empfehlenswert. Um in aller Ruhe „neue Grundlagen zu schaffen und sie auf unbelastetem Wege besser in der Praxis umsetzen zu können“.

Jedoch rät ihm der Experte, der ambulanten Therapie – Kurzeit: 20 und Langzeit: 40 Termine – noch etwas länger eine Chance zu geben, da sich Fortschritte nur schrittweise einstellen. Andererseits hatte der Mann aber auch Glück im Unglück, nicht so lange auf einen freien Platz bei einem niedergelassenen Therapeuten warten zu müssen. Üblich sind hier nämlich durchschnittlich sieben bis acht Monate, was Birgit Feußner als „Riesenproblem“ bezeichnet. Zumal sich die Symptome während des Wartens und der Krankschreibung meist noch weiter verschlechterten und „die Wiedereingliederung in den Beruf dann sehr schwierig wird“. Abgesehen davon sei es von Vorteil, „jemanden zu haben, dem man sich anvertrauen kann“, so

Überforderung ist ein weiteres typisches Anzeichen einer in Richtung Burn-out Syndrom verlaufenden Krankheitsverschärfung. So ergab es etwa einer anrufenden Mutter, die erzählt, außer ihren Kindern auch ein krankes Familienmitglied zu versorgen. Zudem wolle sie nun wieder arbeiten gehen. „Wie kann ich Stress vorbeugen?“, lautet daher ihre Frage. Wohingegen andere Anrufer als zusätzliche Belastung noch Freizeit- und Sportaktivitäten angeben. Thomas Klein rät in einer solchen Situation, „zunächst einmal zu schauen, worauf man selbst wirklich Einfluss hat“. Und dann eben dort etwas kürzerzutreten beziehungsweise Prioritäten zu setzen. Außerdem sollte man „sortieren, wo die Krisenschwerpunkte sind“.

Dabei sei es „wichtig, das auch zu verschriftlichen und sich nicht nur ständig Gedanken darüber zu machen“. Mit den Problemen schwarz auf weiß vor Augen „wächst nämlich die Motivation, etwas wirklich anders machen zu wollen“. Generell sei es von Vorteil, „jemanden zu haben, dem man sich anvertrauen kann“, so

NEUBAU FERTIGGESTELLT

## Büro- und Laborgebäude

im Westpark Wettberg



**Wir gratulieren der Bauherrin Frau Laurito zu dem gelungenen Neubau und begrüßen das Institut für Pathologie und Zytologie an dem hervorragenden Wirtschaftsstandort Wettberg.**

Gemeinde Wettberg  
Thomas Brunner, Bürgermeister  
Ganna Eichstädt, Wirtschaftsförderung

**WIR BEDANKEN UNS BEI DEN AM BAU BETEILIGTEN FIRMEN FÜR IHREN UNERMÜDLICHEN EINSATZ**

**Haben Sie Interesse an einem Objekt wie diesem?**

Wir bauen es für Sie auf dem letzten freien Grundstück im Westpark 1. Als Bauherrin verspreche ich Ihnen, den Bau des Objekts vertrauensvoll vom Anfang bis zum Ende zu begleiten. Circa 800 qm Nutzfläche werden Ihnen dort auf 3 Ebenen zur Verfügung stehen.

Bei Interesse melden Sie sich bei mir, **Martina Laurito**, unter: 0173 6 565 900 Ich freue mich auf Sie und Ihr Vorhaben!

**PROJEKT BETREUUNG DURCH DEN EIGENTÜMER**  
**WIR BAUEN – SIE MIETEN**

**ÜGP**

Dank modernster, qualitativ hochwertiger Diagnoseverfahren und der fachlichen Kompetenz des gesamten Laborteams kann die ÜGP dem Anspruch auf eine sehr zeitnahe eindeutige und sichere Diagnosestellung gerecht werden. Dazu zählt die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Onkologen, Chirurgen und Radiologen sowie Strahlentherapeuten in zahlreichen Tumorzentren. Teilnahme an medizinischen Weiterbildungen des gesamten Teams wie auch die Mitgliedschaft der leitenden Ärzte in verschiedenen Fachgesellschaften (International Academy of Pathology, IAP; Deutsche Gesellschaft für Pathologie „DGP“, Berufsverband Deutscher Pathologen, BDP; International Academy of Cytology, IAC; Deutsche Gesellschaft für Zytologie DGZ) ermöglichen es uns unsere Diagnoseverfahren den aktuellen medizinischen Standards anzupassen. Die ÜGP betreut zahlreiche Krankenhäuser und Praxen aus ganz Mittelhessen und Rheinland-Pfalz.



**Diagnosen der ÜGP: Zeitnah, eindeutig, sicher**

In der ÜGP werden histologische, molekulargenetische, immunhistochemische und zytologische Untersuchungen sowie Obduktionen durchgeführt. Dank modernster, qualitativ hochwertiger Diagnoseverfahren und der fachlichen Kompetenz des gesamten Laborteams kann die ÜGP dem Anspruch auf eine sehr zeitnahe, eindeutige und sichere Diagnosestellung gerecht werden. Dazu zählt die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Onkologen, Chirurgen, Radiologen und Strahlentherapeuten in zahlreichen Tumorzentren. Die ÜGP betreut operationale Partner im Netzwerk hat sein eigenes diagnostisches Speziallabor aus ganz Mittelhessen und Rheinland-Pfalz. Die Überregionale Gemeinschaftspraxis für Pathologie und Zytologie (ÜGP) ist Mitglied in der Kooperation „Netzwerk Pathologie“ und die Netzwerkpartner sind die Institute für Pathologie und Zytologie Gemeinschaftspraxis Marburg, Gemeinschaftspraxis Wiesbaden und Gemein-

Institut für Pathologie und Zytologie  
Überregionale Gemeinschaftspraxis

**ÜGP**

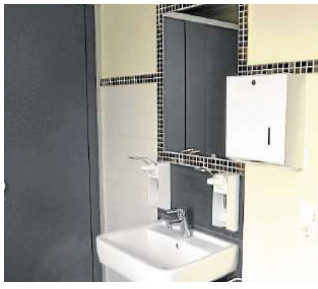
Im Westpark 6  
35435 Wettberg  
Fon 0641 67432  
Fax 0641 67431  
[www.uegp.de](http://www.uegp.de)

ÄRZTE FÜR PATHOLOGIE

PD Dr. med. J. U. Alles  
Dr. med. U. Feek  
Prof. Dr. med. L. Fink  
Dr. med C. Gustmann  
Dr. med. S. Heib  
Dr. med. Dipl. hum. biol. U. Stahl



Das Gebäude mit einer Fläche von 803 Quadratmetern verfügt über einen modernen Aufzug.



Hochwertig ist auch die Ausstattung der sanitären Einrichtungen.

NEUBAU FERTIGGESTELLT

# Büro- und Laborgebäude im Westpark Wettberg



Anzeigensonlinienvorfertigung



Punktlandung: Am Wochenende wurde das Büro- und Laborgebäude im Wettberger Westpark fertiggestellt.

Fotos: Anders

**Telefon:**  
0 64 08 /  
90 16 -0

**Großen-Buseck**  
Edekastraße 8

**FEROMENT**  
FENSTER · HAUSTÜREN

www.feroment.de

- Rolläden
- Vordächer
- Garagentore
- Markisen

**Besuchen Sie unsere 400 m² AUSSTELLUNG**  
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9:00 - 18:00 Uhr · Sa. 10:00 - 14:00 Uhr

**MAURER**  
seit über 60 Jahren

**Baudekoration**

Malerarbeiten  
Tapetierarbeiten  
Trockenbauarbeiten  
Innen- u. Außenputz  
Fachwerksanierung  
Wärmedämmsysteme

Maurer GmbH  
Auf der Dreispitz 12  
35469 Allendorf / Lda

Telefon 0 64 07 / 90 383  
Telefax 0 64 07 / 90 385  
e-Mail info@maurer-baudekoration.de

## Hochwertige Ausstattung bis ins Detail

Büro- und Laborgebäude im Wettberger Westpark fertiggestellt

Eine Punktlandung vollzog Bauherrin Martina Laurito zusammen mit ihrem Ehemann, Maurizio Laurito, mit der Fertigstellung des im Westpark angesiedelten Büro- und Laborgebäudes an diesem Wochenende. Der Umzug eines Teils der 2005 gegründeten Überregionalen Gemeinschaftspraxis Institut für Pathologie und Zytologie (ÜGP) mit Standorten in Gießen, Wezlar und Limburg konnte somit rechtzeitig erfolgen und die Mitarbeiter am Montag ihren Dienst in dem neuen Gebäude beginnen.



Bauherrin Martina Laurito legte viel Wert auf eine hochwertige Ausstattung.

Das in dreigeschossiger, energieeffizienter Bauweise errichtete Gebäude weist eine Nutzfläche von etwa 803 Quadratmetern auf, ist mit einem modernen Aufzug ausgestattet und verfügt über 25 Fahrzeugstellplätze. Bauherrin begleitet, wobei diese Auch wenn bereits 2012 mit der

Errichtung des Gebäudes in den Büro- und Laborräumen beteiligt. Die Bauherrin betonte, dass sich nicht nur in der Ausstattung, sondern vor allem auch in der Zusammenarbeit mit den Firmen an der Baumaßnahme zeigt. Eine 53 Quadratmeter große Dachterrasse bietet einen guten Start in den neuen Räumen.

Grüne von der Arbeit zu erholen. Im Gebäude wurde eine Lüftungsanlage eingebaut, die mit einer Wärmerückgewinnung und Kühlung ausgestattet ist. Die Laborräume im EG sind mit Fußbodenheizung versehen und im gesamten Haus befinden sich dreifach verglaste Fenster, die für helle, lichtdurchflutete Büro- und Laborräume sorgen. Eine Aufdachdämmung wurde ebenfalls angebracht. Insgesamt waren 35

**schmitt & kollegen**  
planungsgesellschaft mbh

planung | beratung | baudurchführung  
für wohn- und industriebauten

kanzleiberg 7 | 35390 gießen

fon: 06 41 | 38 97 28  
fax: 06 41 | 39 03 17  
e-mail: architekturbuero-schmitt@t-online.de  
www.schmitt-gj.de

**HEIZUNG UND SANITÄR**

**HEIZTECHNIK EICHHORN & MONO**  
Bismarckstraße 20 · 35418 Buseck · Telefon 06408-7882  
Fax 06408-4263

TREPPEN  
FENSTERBÄNKE  
MARMOR+GRANIT  
BODENBELÄGE  
GRABSTEINE

**NATURSTEIN  
ENGELBRECHT**

MEISTERBETRIEB · Inh.: me. Manuel Engelbrecht

35418 Großen-Buseck Telefon (0 64 08) 29 17 info@naturstein-engelbrecht.de  
Ernst-Ludwig-Straße 18 Telefax (0 64 08) 75 94 www.naturstein-engelbrecht.de



Lichtdurchflutet: die Büro- und Laborräume.



Die Küche der Überregionalen Gemeinschaftspraxis.

**Wir installierten die Lüftungs- und Klimatechnischen Anlagen**

**KHIN**

**Luft- und Klimatechnik**  
Planung · Montage · Kundendienst  
Lufttechnische Anlagen für Industrie, Handel, Gastronomie und Gesundheitswesen

Am Roedegraben 2 · 35460 Staufenberg  
Telefon 0 64 06 / 24 26 · Telefax 0 64 06 / 7 42 92  
E-Mail gebr.khin@t-online.de

**baunternehmen  
becker  
beuern** **bbb**

Struthwaldstr.11  
35418 Buseck  
Tel: 06408 - 63222

**Wir erstellten den Rohbau**

**Wir lieferten das vorgefertigte Mauerwerk**

**becker**  
System-Wandbau

Becker System-Wandbau  
35325 Mücke-Atzenhain  
Telefon: 06401-229730

www.becker-system-wandbau.de

**Üßner GmbH**  
Zimmererei · Holzbau · Bedachungen  
... das Dach aus einer Hand!

- Zimmerarbeiten
- Holzrahmenbau
- Fachwerksanierung
- Dacharbeiten
- Gerüstbau
- Fassaden- und Spenglerarbeiten

Am der Mühle 8  
35466 Rabenau  
Email: stefanussner@web.de · www.holzbau-ussner.de

Tele: (06407) 90206  
Fax (06407) 88 05  
Mobil: 0172 / 94 26 272