

**04. Mai 2022**

## RADIOBEITRAG als Text

### **Angst vor Spritzen: Was Betroffenen helfen kann**

#### **Anmoderation:**

Beim Anblick einer Spritze verspüren viele ein leichtes Unwohlsein – das ist ganz normal. Bei manchen Menschen lösen Spritzen jedoch extreme Ängste aus. Das kann zum Problem werden, wenn Betroffene deshalb notwendige medizinische Eingriffe und Arztbesuche vermeiden. Was hinter der Angst steckt und was man dagegen tun kann, darüber hat sich Kristin Sporbeck informiert.

Länge: 2.08 Minuten

---

**Text:** Spritzen sind zwar nicht schön, aber manchmal eben nötig. Manche Menschen bekommen es allerdings beim Gedanken an eine Spritze richtig mit der Angst zu tun – sie leiden an einer spezifischen Angststörung, die zu den Blut- und Verletzungssphobien gehört, wie Dr. Christiane Roick erklärt. Sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband.

#### **Dr. Christiane Roick:**

**Häufig ist es so, dass Menschen mit starker Spritzenangst schon in der Kindheit schlechte Erfahrungen damit gemacht haben. Außerdem spielt bei Angsterkrankungen generell oft auch eine genetische Veranlagung eine Rolle. Und bei der Angst vor Spritzen ist es so, dass die Betroffenen Angst haben, Blut zu sehen, durch die Spritze verletzt zu werden oder, dass sie den Schmerz bei der Injektion fürchten.**

**Text:** Diese Ängste können im Alltag zum Problem werden. Vor allem, wenn Betroffene deshalb Vorsorgemaßnahmen oder medizinische Eingriffe vermeiden.

**Dr. Christiane Roick:**

**Eine Blutabnahme, die Injektion eines Medikaments oder eine Impfung stellen dann für Menschen mit einer Spritzenangst eine große Herausforderung dar, die zu sehr starken Ängsten bis hin zu Ohnmachtsanfällen führen kann. Die Betroffenen erleben das oft als einen erheblichen Kontrollverlust und eine Folge kann sein, dass sie Arztbesuche dann vermeiden. Und damit besteht natürlich die Gefahr, dass Krankheiten nicht rechtzeitig erkannt werden, dass eine notwendige Medikamentengabe mittels Spritze nur noch schwer möglich ist oder auch, dass Schutzimpfungen nicht wahrgenommen werden.**

**Text:** Dr. Roick hat Tipps, was Betroffene tun können. Zunächst ist es sinnvoll, mit den Behandelnden über die Ängste zu sprechen...

**Dr. Christiane Roick:**

**... denn dann können diese darauf eingehen und zum Beispiel im Liegen Blut abnehmen oder auch vorab ein Beruhigungsmittel verordnen. Falls die Ängste so stark sind, dass die Betroffenen Arztbesuche ganz vermeiden und dadurch negative Folgen für die Gesundheit riskieren, kann auch eine kognitive Verhaltenstherapie in Frage kommen. Dabei lernen sie, dass sie ihre Ängste aushalten können und nichts Schlimmes passiert. Ziel ist es, dass die Betroffenen ihre Ängste dann soweit bewältigen können, dass sie notwendige Untersuchungen und Behandlungen nicht länger vermeiden müssen.**