



## «Die psychischen Symptome kommen erst später»

**Coronavirus** Die unheimliche Angst vor dem Coronavirus schlägt auch auf die Psyche.

Die Folgen davon werden erst zeitverzögert zu spüren sein, glaubt Expertin Katja Cattapan vom Sanatorium Kilchberg.

### Pascal Münger

«Wir leben in der Schweiz in einem Paradies.» Diesen Satz hört man hierzulande seit Jahrzehnten, ohne dass sich viele wirklich Gedanken über dessen Bedeutung gemacht haben. Seit der Corona-Krise ist das anders. Den Menschen wird bewusst, in welcher privilegierten Lage wir waren, und wie sich plötzlich alles ändern kann. «Diese Erkenntnis wird einige Menschen hart treffen», sagt Katja Cattapan, die stellvertretende ärztliche Direktorin am Sanatorium Kilchberg, eine Privatklinik für Psychiatrie und Psychotherapie. Und sie spricht hier nicht von Menschen, die bereits mit einer psychischen Labilität zu kämpfen haben. Die Gesellschaft müsse mit diesem Kontrollverlust umzugehen lernen. «Für Menschen, die bisher ein geordnetes und organisiertes Leben hatten, kann das eine belastende Situation sein», glaubt Cattapan.

Sollte darunter die Psyche leiden, zeige sich das aber nicht sofort, sondern erst nach einer gewissen Zeit. Erschwerend dazu kämen Gefühle von Einsamkeit und Hilflosigkeit und dass durch die fehlenden sozialen Kontakte im Homeoffice oder in Selbstquarantäne die täglichen Strukturen verloren gehen. «Social Distancing» sei daher ein schwieriges Wort, sagt Katja Cattapan. «Das Ziel ist eigentlich, dass wir räumlichen Abstand halten sol-

len, und nicht, dass wir den sozialen Kontakt abbrechen müssen.» Dies sei weiterhin möglich via Telefon oder Skype.

### Verstärkte Symptome

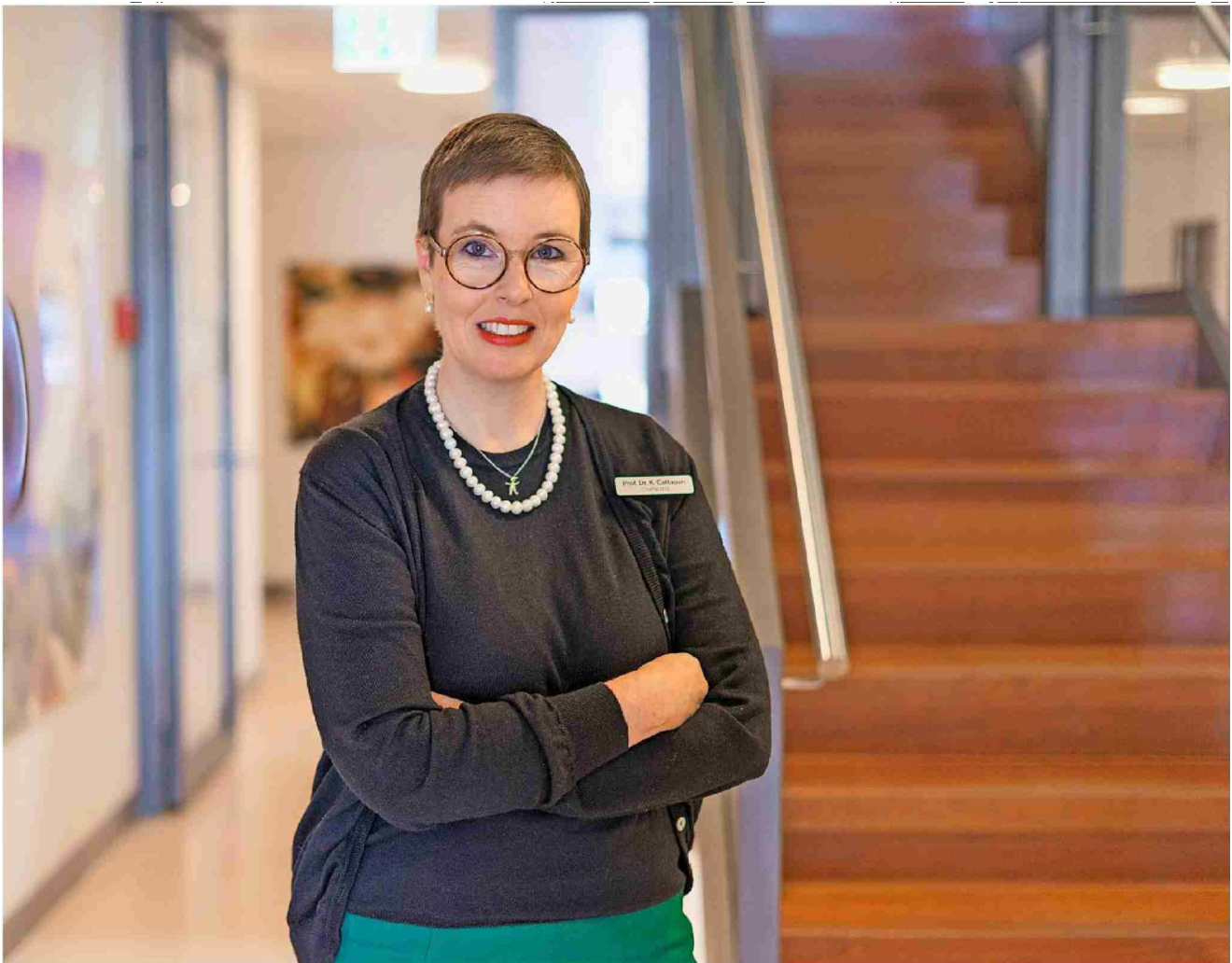
Von den Patienten im Sanatorium Kilchberg ist bislang noch niemand positiv auf Coronaviren getestet worden. Katja Cattapan macht sich aber keine Illusionen darüber, dass dies so bleibt. «Ich gehe davon aus, dass sich früher oder später Patienten oder auch Betreuungspersonen anstecken.» Man sei auf diese Situation aber gut vorbereitet. Und bereits jetzt sei der Alltag im Sanatorium anders als zuvor. Neben den allgemeinen Hygiene- und Sicherheitsmassnahmen, die eingehalten werden müssen, seien beispielsweise momentan keine Gruppentherapien mehr möglich, die Patienten von verschiedenen Stationen aufnehmen. Dies, um die Wahrscheinlichkeit einer möglichen Ausbreitung des Virus zu verhindern. Auch achte man auf einen ausreichenden Sicherheitsabstand. Ebenfalls ist der Besuch von stationären Patienten auf wenige Ausnahmen beschränkt. Und auch für Personen bei ambulanten Konsultationen gibt es Änderungen. So werde momentan bei Bedarf angeboten, die Sitzungen via Skype oder am Telefon durchzuführen.

Dass die aktuelle Situation für Patientinnen und Patienten im

Sanatorium Kilchberg zusätzliche Belastungen auslöst, beobachtet Cattapan noch kaum. Vereinzelt könnten dadurch bereits bestehende Angstsymptome verstärkt werden. Aber auch hier gelte wie in der breiten Bevölkerung: «Viele Symptome kommen nicht in der akuten Stresssituation, sondern häufig erst danach.» Was geschehe beispielsweise mit Menschen, die bereits an Zwangsstörungen wie ständigem Händewaschen litten, fragt sich Cattapan. Es sei zum jetzigen Zeitpunkt noch viel zu früh, um darüber zu spekulieren.

### Die Gedanken kontrollieren

Vor der allgemeinen Verunsicherung aufgrund des Virus ist übrigens auch Katja Cattapan nicht gefeit. «Auch ich komme manchmal ins Grübeln», sagt sie. Sie könne diese Gedanken aber kontrollieren, weil sie sich bewusst sei, dass wir ein gut funktionierendes Gesundheitssystem in der Schweiz hätten und sie nicht zu einer Risikogruppe gehöre. «Aber natürlich mache ich mir auch Sorgen um Bekannte und Verwandte, die zu einer Risikogruppe gehören, und versuche, sie zu schützen, indem ich mich an die Verhaltensregeln halte.» Momentan hat Cattapan aber sowie so kaum Zeit, sich grosse Sorgen zu machen. «Wir haben in den kommenden Wochen alle Hände voll zu tun.»



Katja Cattapan: Das Virus und seine möglichen Auswirkungen bringen auch sie selbst zwischendurch ins Grübeln. Foto: PD