ONLINE-VORTRAG: "ANGSTERKRANKUNGEN: ANGST VOR … ODER ANGST UM …"

Veröffentlicht am 21.05.2021 um 11:56 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Oliver Rosenthal fördert und verbreitet gemeinsam mit der VHS Hannover Wahrendorff/Eurocheni Gesundheit.

Die Ada-und-Theodor-Lessing-Volkshochschule Hannover (VHS) kooperiert mit dem Klinikum Wahrendorff zum Thema "Seelische Gesundheit". Für Montag, 7. Juni 2021, 19:00 bis 20:30 Uhr, steht der nächste kostenfreie Online-Vortrag 2021 im Programm der VHS Hannover: "Angsterkrankungen – Angst vor … oder Angst um…".Dozent ist Oliver Rosenthal, Leitender Arzt der Klinik für Seelische Gesundheit im Klinikum Wahrendorff und Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie. Der Vortrag ist nicht altersspezifisch, schafft Verständnis für Angsterkrankungen, beschreibt angstauslösende und angstaufrechterhaltende Faktoren und gibt erste Tipps für mögliche Selbstregulationsstrategien.Angst … wer hat sie nicht schon einmal erlebt? Schweißausbrüche, Herzrasen, Schwindel, Übelkeit, Zittern … Beunruhigen muss dies nicht gleich. Denn die normale Angst dient als Alarmfunktion für den Organismus und soll Aktivitäten zur Beseitigung der bestehenden oder drohenden Gefahr auslösen. Und wenn die Gefahr beseitigt ist, sollte auch die Angst wieder verschwunden sein. In diesem Sinne kann Angst die körperlichen und seelischen Abwehrfunktionen stärken. Ein Übermaß an Angst aber bewirkt das Gegenteil. Sie lähmt die körperlichen und geistigen Funktionen. Und das kann krank machen, insbesondere wenn die Ängste häufig wieder kehren und ohne tatsächliche Gefahr oder Bedrohung auftreten. Auch übermäßige Sorgen, können sich zu Ängsten entwickeln."Angst ist weit verbreitet und eines der häufigsten psychopathologischen Symptome. Phobien, Angst- und Panikstörungen zählen zu den Krankheitsbildern", informiert Oliver Rosenthal. In seinem Vortrag wird er auf ausgewählte Angsterkrankungen eingehen und mögliche Hilfen und Behandlungsoptionen vorstellen. In diesen beiden Unterrichtseinheiten kann keine therapeutische Begleitung erfolgen und auch keine individuelle ärztliche Beratung.Anmeldungen sind direkt bei der VHS möglich, per Mail an Kompetentsein.vhs@hannover-stadt.de oder telefonisch unter 0511/16843918.Mehr Informationen gibt es im Internet unter www.vhs-hannover.de, www.wahrendorff.de und im Online-Magazin unter www.wahre-seele.de.