01.07.2012

# Wissenschaftliche Kompetenz geht neue Wege

## DAaCRO GmbH & Co. KG forscht, diagnostiziert und coacht in Sachen Stress

Burnout- und Stressprävention sind immer wichtigere Themen für Unternehmen. Unter dem Dach eines Forschungsinstituts DAaCRO, das klinische Auftragsstudien zu stressrelevanten Themen wie etwa zu entsprechenden Nahrungsergänzungsmitteln durchführt, ist eine enge Verbindung von Wissenschaft und Praxis entstanden. Das neue StressZentrum auf dem Trierer Petrisberg gibt Ärzten ebenso wie Patienten konkrete Unterstützung bei Behandlung und Prävention.

Seit langem sind die Medien geflutet von Berichten über ein Massenphänomen: Burnout und durch Stress verursachte Erkrankungen machen einen Großteil der Arbeitsausfallzeiten aus. Die einzelnen Betroffenen selbst leiden mitunter deutlich langfristiger an derartigen Störungen als an anderen Krankheiten, umso größer ist ihre Hoffnung auf Heilung und effektive Verhinderung von Rückfällen. Auch immer mehr Unternehmen erkennen, wie wichtig es ist, rechtzeitig mit entsprechenden Hilfestellungen gegenzusteuern, und suchen nach geeigneten innerbetrieblichen Präventionsmaßnahmen.

Unterdessen sind Allgemeinmediziner vom Ansturm der vielen Stressgeplagten nicht selten überfordert. Die Zeit für eine ausführliche Diagnostik, um die Ursachen der Beschwerden klar zu erkennen, haben viele niedergelassene Ärzte einfach nicht. Hier setzt das neue StressZentrum Trier mit Sitz im Wissenschaftspark an, das sich an Patienten ebenso wie an Ärzte wendet und Diagnostik, Coaching sowie Fortbildungen und Seminare anbietet.

STRESS IST INDIVIDUELL, STRESS IST MESSBAR
Gegründet wurde das Zentrum unter dem Dach der DAaCRO (Diagnostic Assessment and Clinical Research Organization), einem 2006 gegründeten und aus dem Fachbereich Psychologie der Universität Trier hervorgegangenen privaten Institut. Es erforscht nach strengen klinischen Kriterien unter anderem die Effekte von Wirkstoffen in Nahrungsmitteln mit gesundheitlichem Zusatznutzen. Dafür werden ständig geeignete Probandinnen und Probanden aus der Region Trier gesucht, die im Gegenzug einen individuellen Gesundheitscheck und eine Aufwandsentschädigung erhalten.

DAaCRO-Chefin Juliane Hellhammer war im Rahmen ihrer Arbeit besonders auf die stresslindernden Eigenschaften bestimmter Substanzen aufmerksam geworden. Gemeinsam mit ihrem Ehemann Professor Dirk Hellhammer hatte sie vor vielen Jahren an der Universität Trier begonnen, ein neues Stress-Diagnostikum zu entwickeln: das so genannte Neuropattern#. Dieses Verfahren zeigt, welche psychobiologischen „Muster“ Stress im zentralen Nervensystem und im Hormonspiegel der Betroffenen hinterlässt.

Damit lag es für DAaCRO nah, über das bereits etablierte Feld der Auftragsstudien hinauszugehen und das dort erworbene Wissen im Sinne der an Stress Erkrankten anzubieten. Das StressZentrum informiert daher

über die Entstehungsbedingungen von Stress und beschäftigt sich mit individuell maßgeschneiderten Stresspräventions- und Therapiemaßnahmen. Die Reaktionen auf Stressfaktoren sind sehr heterogen und von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Behandlungen oder Vorbeugung „von der Stange“ wirken oft nicht optimal, passgenaue und auf den einzelnen Betroffenen zugeschnittene Methoden sind auf der Basis der Forschungsergebnisse von Dirk Hellhammer möglich und gelten als wirksamer im Vergleich zu herkömmlichen Therapien.

## SOFORTHILFE BEI KRISEN UND KONFLIKTEN

Diese Erkenntnis ist das Herzstück des neuen StressZentrums, das mit den vier eigenen Säulen Ambulanz, Diagnostik, Labor und Akademie eine umfassende Gesundheitsdienstleistung mit Soforthilfe für Patienten sowie eine Fortbildung für Mediziner anbietet. Die Ambulanz dient als Anlaufstelle bei stressbedingten Beschwerden, leistet eine Beratung sowie die umfassende Eingangsdiagnostik mit allen zugehörigen Laboruntersuchungen. Sie ist in der Lage, bei Bedarf an externe Spezialisten zur Behandlung und therapeutischen Begleitung weiterzuvermitteln. Denn die vor Ort im StressZentrum arbeitenden Experten kooperieren mit einem Netzwerk akademisch ausgebildeter Therapeuten, Ärzten und Kliniken. So ist es auch möglich, fundierte ärztliche Zweitbefunde einzuholen. Die besondere Stress-Diagnostik mit dem Neuropattern#-Befund und das Stress-Labor unter anderem mit Messungen der Herzratenvariabilität, des Hormonspiegels oder der kognitiven Leistungsfähigkeit sind die Fundamente der weiteren Betreuung seitens des StressZentrums.

Die Räume der neuen Ambulanz schaffen mit ihrer Einrichtung die Balance von moderner Nüchternheit und Vertrauen erweckender Behaglichkeit. „Wir wollen damit der wissenschaftlichen Orientierung Ausdruck geben, die bei uns gelebt wird. Schließlich arbeiten wir mit messbaren Werten und nicht mit vagen Annahmen. Aber natürlich gehört es zur Stressbehandlung, dass sich die Menschen bei uns auch ungezwungen und wohl fühlen“, beschreibt Juliane Hellhammer die Ausgewogenheit des Trierer Zentrums.

## LÜCKENSCHLUSS DER THERAPEUTISCHEN VERSORGUNG

Mit seiner Ambulanz ist es angesichts monatelanger Wartezeiten bei den niedergelassenen Psychotherapeuten insbesondere auf dem Land auf jeden Fall ein wichtiger Baustein für die effektive und schnelle medizinische Betreuung stressbedingt erkrankter Menschen in Rheinland-Pfalz und Luxemburg. „Die Kosten für den Patienten sind gedeckelt, überschaubar und auch für Menschen mit sehr begrenzten Budgets tragbar. Dafür sind sie wohl die beste Investition in die eigene Lebensqualität und Erhaltung der Erwerbsfähigkeit“, erläutert die Stressforscherin den Umstand, dass die gesetzlichen Krankenkassen die Kosten nicht übernehmen.

Das andere nach außen wirksame Standbein des StressZentrums, die Akademie, wendet sich einerseits an einzelne Betroffene und Interessierte sowie an Ärzte und Fachkreise. Sie veranstaltet Vorträge und Seminare etwa zur Stressprävention oder zur Nutzung persönlicher Ressourcen und offeriert auch ein Programm, das von Betrieben in Anspruch genommen werden kann. Von der Ärztekammer anerkannte CME-Punkte gibt es für Fortbildungen, die alle acht Wochen jeweils am ersten Samstag des Monats für Ärzte und Therapeuten stattfinden.

Ein mit dem StressZentrum assoziiertes Segment ist die Zusammenarbeit beispielsweise mit einer erfahrenen Personalentwicklerin. Sie bietet gezieltes Coaching von Teams und Unternehmen an, um im Rahmen eines betrieblichen Gesundheitsmanagements für einen Rückgang der Arbeitsausfallzeiten durch stressbedingte Erkrankungen zu sorgen. „Das Wissen um die Stressfaktoren und die physischen Auswirkungen resultiert in besserer Leistungsfähigkeit und Motivation. Das wiederum zahlt sich

auch wirtschaftlich aus“, erklärt Juliane Hellhammer die positiven wirtschaftliche Effekte. Die seien darüber hinaus für den gesamten Standort Trier denkbar, falls die Leistungen des StressZentrums in ein gesundheitstouristisches Konzept der Stadt eingebunden wären. „Machbar ist es jedenfalls, die Diagnostik und das Coaching der Ambulanz mit den kulturellen und gastronomischen Angeboten in Trier zu verbinden“, skizziert sie die Zukunftsmusik. „Bei vielen Patienten, die von auswärts zu uns kommen, ergibt sich das bereits von selbst.“ Warum aus dem Zufall also kein Ziel machen? Wenn Wissenschaft und Medizin dem Stressabbau dienen, so ihre Erfahrung, passt eine Genusskultur dazu.