

# QUICK-TEST

**OB BEI IHREM PATIENTEN EINE INTERNETBEZOGENE STÖRUNG VORLIEGT, KÖNNEN SIE ANHAND FOLGENDER FRAGEN ABSCHÄTZEN:**

Fragenauswahl aus der „Compulsive Internet Use Scale“ (CIUS; Meerkerk GJ et al., 2009)

JA NEIN

1. Sehnt sich der Patient nach der nächsten Internetsitzung?
2. Hat der Patient erfolglos versucht, weniger Zeit im Internet zu verbringen?
3. Vernachlässigt der Patient tägliche Verpflichtungen (Studium, Arbeit, Freunde), weil er lieber online geht?
4. Nutzt der Patient das Internet, um seinen Sorgen zu entfliehen oder sich von negativen Gefühlen zu befreien?

Wenn zwei Fragen oder mehr mit **JA** beantwortet werden, kann dies ein Hinweis auf problematischen Internetkonsum sein.

Zögern Sie nicht, sich Klarheit über die Gesamtsituation zu verschaffen und auf Hilfsmöglichkeiten hinzuweisen!

# KONTAKT

## LOST IN SPACE

Wartenburgstraße 8  
10963 Berlin-Kreuzberg

Tel.: (030) 6 66 33-9 59  
Fax: (030) 6 66 33-9 58

lostinspace@caritas-berlin.de  
internetsucht-berlin.de

**ANLAUFSTELLEN IN BERLIN**  
Datenbank der AG Spielsucht  
der Charité Berlin unter:  
[spielsucht-hilfe-berlin.de](http://spielsucht-hilfe-berlin.de)

**be**  **Berlin**

Senatsverwaltung  
für Gesundheit, Pflege  
und Gleichstellung

Dieser Flyer wurde erstellt mit freundlicher Unterstützung der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung und der AG Spielsucht, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Charité – Universitätsmedizin Berlin  
[ag-spielsucht.charite.de](http://ag-spielsucht.charite.de)

Lost in Space wird aus Mitteln der Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung des Landes Berlin gefördert.

Herausgegeben vom Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.  
[caritas-berlin.de](http://caritas-berlin.de) | [caritas-berlin.de/spendenundhelfen](http://caritas-berlin.de/spendenundhelfen)

LOST IN SPACE

# INTERNET- BEZOGENE STÖRUNGEN ERKENNEN UND BEHANDELN

Informationen für  
Ärzte und  
Therapeuten



Gestaltung: medienzauber.de | Grafiken: Andreas Niggelisch | Stand: 12/2017

**CHARITÉ**  
UNIVERSITÄTSMEDIZIN BERLIN

Caritas Suchthilfe  
[internetsucht-berlin.de](http://internetsucht-berlin.de)



# SICHER ERKENNEN UND BEHANDELN



## WAS SIND INTERNETBEZOGENE STÖRUNGEN?

Das Internet mit seinen zahlreichen Anwendungen ist inzwischen allgegenwärtig und aus dem heutigen Leben kaum wegzudenken. Für manche Menschen wird dies zu einem Problem. Wird eine bestimmte Internetnutzungsform zur Belastung, führt zu erheblichem Leiden und beeinträchtigt die Bewältigung des Alltags und die Lebensführung, kann von einer Internetbezogenen Störung ausgegangen werden.

## ZWISCHEN WELCHEN FORMEN UNTERSCHIEDET MAN?

Es besteht bzgl. Internetbezogener Störungen noch keine einheitliche Definition. Eine Einteilung erfolgt zumeist nach Nutzungsformen, z. B.:

- » Allgemeine Internetaktivitäten (streamen, recherchieren, ...)
- » Computerspiele und Onlinespiele
- » Soziale Netzwerke
- » Online-Pornographie
- » Online-Käufe



## WIE WERDEN SIE DIAGNOSTIZIERT?

In den gängigen medizinischen Klassifikationssystemen (ICD und DSM) sind Internetbezogene Störungen bisher nicht als eigene Krankheitskategorie enthalten. Ausschließlich im DSM-5 ist die Nutzung von Computerspielen (Internet Gaming Disorder) als so genannte Forschungsdiagnose mit berücksichtigt. Hierbei werden u. a. folgende Kriterien

beschrieben: Kontrollverlust, Entzugserscheinungen, Toleranzentwicklung, Konsumdruck (Craving), Vernachlässigung sozialer Kontakte. Erzeugt die Nutzung von Internetanwendungen beim Betroffenen einen erheblichen Leidensdruck und/oder führt zu einer Beeinträchtigung der Lebensführung, so kann dies nach gültiger ICD-10 unter den Impulskontrollstörungen (F63.8) erfasst und diagnostiziert werden.

## GIBT ES TYPISCHE KOMORBIDITÄTEN?

Im Vergleich zur Allgemeinbevölkerung weisen Menschen mit Internetbezogenen Störungen erhöhte Komorbiditätsraten auf. Dies zeigt sich vor allem in folgenden Bereichen:

- » Depressionen
- » ADHS-Symptome
- » Angststörungen
- » Impulsivität/Aggressivität



## WIE UND WO KANN EINE INTERNETBEZOGENE STÖRUNG BEHANDELT WERDEN?

Es besteht die Möglichkeit der ambulanten und stationären Versorgung. Es existieren inzwischen verschiedene wirksame psychotherapeutische Therapieformen sowie psychosoziale Behandlungsansätze. Eine frühzeitige und spezifische Behandlung wirkt sich prognostisch günstig aus. In Deutschland existiert ein Netz von spezialisierten Beratungs- und Behandlungsstellen, ambulant sowie stationär. Adressen erfahren

Sie beispielsweise über die Datenbanken des Fachverbandes Medienabhängigkeit e.V. (bundesweit, [fv-medienabhaengigkeit.de/hilfe-finden](http://fv-medienabhaengigkeit.de/hilfe-finden)) sowie der AG Spielsucht der Charité Berlin (berlinweit, [spielsucht-hilfe-berlin.de](http://spielsucht-hilfe-berlin.de)).

## WER ÜBERNIMMT DIE KOSTEN FÜR BERATUNG UND THERAPIE?

Die Beratung von Menschen mit Internetbezogenen Störungen und deren Angehörigen ist bei anerkannten Trägern/Einrichtungen kostenfrei. Die Kosten für eine stationäre oder ambulante Rehabilitationsmaßnahme trägt in der Regel der zuständige Rentenversicherungsträger. Die Beantragung hierzu kann über eine Suchtberatungsstelle erfolgen. Die Kosten für stationäre wie auch ambulante Therapien werden im GKV-/PKV-System, insbesondere bei bestehenden Komorbiditäten, nach Krankenhauseinweisung bzw. entsprechendem Antrag an die Krankenkasse übernommen.

## WIE GEHE ICH VOR, WENN ICH BEI MEINEM PATIENTEN EINE INTERNETBEZOGENE STÖRUNG VERMUTE?

Internetbezogene Probleme sind für die Betroffenen oft hochgradig mit Scham verbunden. Sprechen Sie daher Ihre Sorgen und Vermutungen an und erklären Sie Ihren Patienten, dass Internetbezogene Störungen ein behandlungsbedürftiges Problem darstellen können und es wirkungsvolle Behandlungsmöglichkeiten gibt. Legen Sie Informationsmaterialien für Ihre Patienten im Wartezimmer aus.

Nutzen Sie Informationsplattformen zur Beratung und Therapie, z. B. [internetsucht-berlin.de](http://internetsucht-berlin.de) oder [spielsucht-hilfe-berlin.de](http://spielsucht-hilfe-berlin.de).