

PRESSEMITTEILUNG

Bonn, Dienstag, 23. Juli 2024

„DIE ANGST IST EINFACH IMMER DA.“ – Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen veröffentlicht ein neues Video zum Thema Angststörungen.

Angst ist eigentlich etwas Gutes: Sie fördert Aufmerksamkeit und Vorsicht und vergrößert damit unsere Überlebenschancen in einer gefährvollen Welt. Doch wenn sie immer da ist und unsere Gefühle und unseren Alltag beherrscht, sich vielleicht sogar zu Panikattacken steigert, dann ist etwas nicht in Ordnung und wir benötigen Hilfe. Als krankhaft gilt Angst dann, wenn sie in Häufigkeit, Dauer und Intensität das Leben bestimmt. Wenn die



Betroffenen das Gefühl haben, die Kontrolle über die Angst zu verlieren. Wie auch Leonie. Sie leidet seit ihrer Kindheit an einer Angststörung. Im neuen Video des BAPK erzählt sie von ihrem Leben mit der Angst. Davon, dass sie sich vor ihr nicht verstecken kann. Und dass es hilft, ihr in die Augen zu schauen.

<https://www.youtube.com/watch?v=xRf9pl9YJjc>

Angststörungen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen. Allein in Deutschland sind etwa zwölf Millionen Menschen betroffen; Frauen deutlich häufiger als Männer. Es gibt verschiedenste Angsterkrankungen und die Symptome können sehr unterschiedlich ausgeprägt sein. Bei der generalisierten Angststörung leben die Betroffenen in ständiger Anspannung und der Furcht, dass eine Katastrophe eintreten könnte.

PresseKontakt:

Kerstin Trostmann – Leitung Kommunikation und Projekte
Telefon: 0160 9389 6285 Mail: kerstin.trostmann@bapk.de

Der BAPK e.V. ist eine Selbsthilfeorganisation und Solidargemeinschaft von Menschen mit psychisch erkrankten Familienangehörigen oder nahen Menschen. Er setzt sich auf allen politischen und gesellschaftlichen Ebenen für die Verbesserung der Situation psychisch erkrankter Menschen, ihrer Angehörigen und Nahestehenden ein.