



# UPDate



## Ausflugstipp für Gross und Klein

**Eine Runde Minigolf? Ein Spaziergang auf einem der Baumlehrpfade? Eine Glace auf der Sonnenterrasse am Teich? Der Naturpark der UPD bietet als Naherholungsgebiet am Stadtrand von Bern zahlreiche Attraktionen für die Freizeitgestaltung.**

Der Park der UPD ist so gross wie elf Fussballfelder. Darin stehen rund 700 Bäume. Sie sind nicht nur schön anzuschauen, sondern wirken wie eine natürliche Klimaanlage und sorgen für frische Luft und angenehme Temperaturen. Neben den gängigen Baumarten wie Eichen, Kastanien, Ahorn und Linden hat es auch einige seltene und exotische Exemplare wie zum Beispiel den Taschentuchbaum, den Riesenmammutbaum oder die Himalaya-Zeder. Um diesen

Baumreichtum Besucherinnen, Besuchern und Fachgruppen näher zu bringen, ist 2011 zum Internationalen Jahr des Waldes der Baumlehrpfad der UPD entstanden. Es führen drei Pfade von unterschiedlicher Länge durch das Areal. Der kürzeste der drei Pfade ist besonders für Kinder geeignet, da er am Kleintierpark und am Spielplatz vorbeiführt. Die verschiedenen Baumarten sind beschriftet und die Broschüre mit Wegbeschreibung und Baumlegende ist am Empfang in der Neuen Klinik erhältlich.

Bereichert werden kann der Ausflug mit einer Runde Mini-golf, einer Pause im Café Bonjour beim Haupteingang oder einem Abstecher in den an den UPD-Park angrenzenden Schaugarten des GartenHaus Wyss Ostermundigen.



## Vom Park in den Garten

**Ein Besuch des Areals der UPD lässt sich mit einer besonderen Attraktion verbinden: Der Schaugarten Ostermundigen der Wyss Samen und Pflanzen AG bildet eine Verbindung zwischen dem Areal der UPD und dem GartenHaus Ostermundigen.**

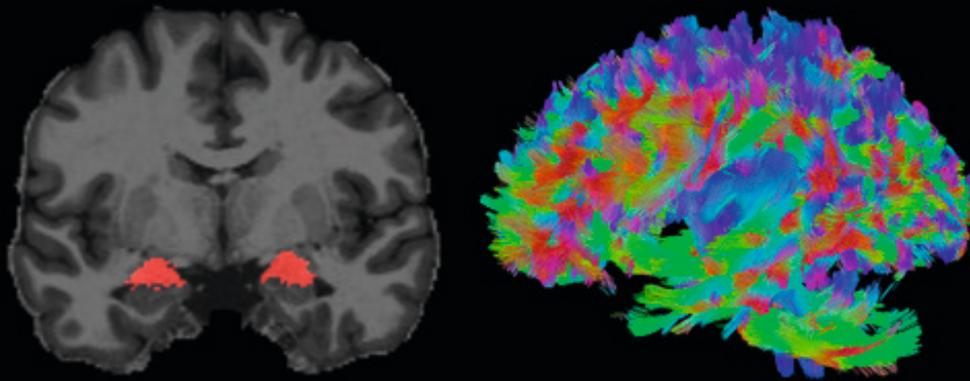
Wer durch den Park der UPD spaziert oder einen der Baumlehrpfade absolviert, landet früher oder später an der Grenze zum Gartencenter Ostermundigen der Wyss Samen und Pflanzen AG. Wyss ist ein Traditionsbetrieb, der auf eine über 160-jährige Geschichte zurückblicken kann und heute zu den bedeutendsten gärtnerischen Unternehmen der Schweiz zählt.

Auf einem lauschigen Plätzchen unter Felsenbirnen finden sich Bänke für die Gäste, rechts wiegt sich der Gräserhang im

Wind, und auf der linken Seite befinden sich drei Pocket-Gärten. Diese beherbergen Pflanzen, die in Blatt oder Blüte eine spezielle Farbkomposition zeigen und Nahrung für Vögel, Bienen und Schmetterlinge bieten.

Zudem bietet Wyss im GartenHaus Ostermundigen Kurse und Vorträge an zu Themen wie biologisches Gärtnern, Orchideenpflege, Gartengestaltung, Bewässerung, Teich, Floristik, Bonsai, Grillieren, Pflanzenschutz oder Kräuter. Das Angebot wird ergänzt mit Kreativworkshops sowie Reisen und Exkursionen. Auch für Kinder und Jugendliche hat Wyss ein spannendes Programm zusammengestellt.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.wyssgarten.ch](http://www.wyssgarten.ch)



### Whole Brain Connectivity Matrix (90 × 90):

$$\begin{pmatrix} c_{1,1} & \cdots & c_{1,90} \\ \vdots & \ddots & \vdots \\ c_{90,1} & \cdots & c_{90,90} \end{pmatrix},$$

$$\text{Total Amygdala (a)Tracts} = \sum_{i=1}^{90} c_{a,i}.$$

## Forschungsfenster

### Aktuelle Publikation

**Traumatisierung in der Kindheit kann bei Menschen mit Alkoholabhängigkeit zu strukturellen Veränderungen der Vernetzung der Amygdala zu anderen Hirnregionen führen. Dieser Befund ist neu und weist darauf hin, dass die Untergruppe der Patientinnen und Patienten mit Alkoholabhängigkeit und zusätzlicher traumatischer Erfahrung in der Kindheit differenziert zu behandeln ist.**

Während die Häufigkeit von Traumata in der Kindheit in der Allgemeinbevölkerung etwa bei 10 Prozent liegt, sind bis zu 55 Prozent der Patientinnen und Patienten mit einer Alkoholabhängigkeit davon betroffen, wie viele Studien einschliesslich der vorliegenden zeigen. Dass sich frühe Traumata negativ auf die psychische Gesundheit im Erwachsenenalter auswirken, ist wiederholt festgestellt worden. Darüber hinaus gibt es zahlreiche Hinweise dafür, dass negative Erfahrungen in der frühen Kindheit tiefgreifende Auswirkungen auf das sich entwickelnde Gehirn haben können. Insbesondere diejenigen Regionen, welche während der Gehirnentwicklung empfind-

lich auf Stress reagieren (vor allem die Amygdala, der Hippocampus und der präfrontale Cortex) weisen sowohl strukturelle als auch funktionelle Veränderungen auf. Zahlreiche Studien fanden zudem, dass auch psychiatrische Erkrankungen (wie beispielsweise Alkoholabhängigkeit) zu strukturellen und funktionellen Veränderungen im Gehirn führen (z. B. ein verringertes Amygdalavolumen). Und Befunde in beiden Bereichen (sowohl Kindheitstraumatisierung als auch Alkoholabhängigkeit) besagen, dass eine dysfunktionale Emotionsregulation häufig vorkommt. Defizite in der Steuerung von Gefühlen hängen mit der Amygdala zusammen, da diese eine zentrale Rolle bei der Verarbeitung von Affekten und Lernprozessen spielt.

Das Ziel der vorliegenden Studie war es, erstmals zu untersuchen, inwiefern sich alkoholabhängige Patientinnen und Patienten mit Kindheitstraumata von solchen ohne Kindheitstraumata unterscheiden, und zwar strukturell in der Amygdala und betreffend deren Verbindungen sowie hinsichtlich der Emotionsregulation. Dies, um ein besseres Ver-

ständnis und mögliche Behandlungsstrategien für diese Hochrisikopopulation zu entwickeln.

Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass die strukturellen Verbindungen in und von der Amygdala ausgehend (Konnektivität) vermindert sind, nicht jedoch deren Volumen. Weiter zeigte sich, dass diese Reduktion der Konnektivität mit ausgeprägteren negativen und geringeren positiven Affekten verbunden ist.

Der fehlende Gruppenunterschied im Volumen (= räumlicher Inhalt) der Amygdala könnte daher kommen, dass sowohl bei Alkoholabhängigkeit allein als auch bei Kindheitstraumatisierung über ein vermindertes Amygdalavolumen berichtet wird.

#### Fazit

Die neuronalen Befunde deuten darauf hin, dass Traumatisierungen in der Kindheit bei Patientinnen und Patienten mit einer Alkoholabhängigkeit zu strukturellen Veränderungen der Amygdala-Konnektivität führen können, was nahelegt,

#### Publikation

Leila M. Soravia, Niklaus Denier, Franz Moggi, Matthias Grieder, Andrea Federspiel, Raphaela M. Tschümperlin, Hallie M. Batschelet, Sabine Vollstädt-Klein, Roland Wiest, Maria Stein, Tobias Bracht, Reduced structural connectivity of the amygdala is associated with childhood trauma in adult patients with alcohol use disorder. *Addiction Biology*, March, 2022. DOI: 10.1111/adb.13164.

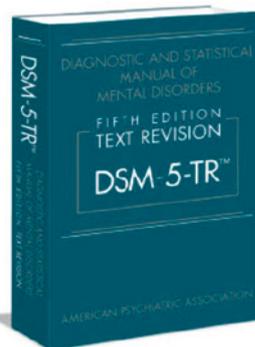
[onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/adb.13164](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/adb.13164)

dass diese spezifische Gruppe einen unterscheidbaren neurobiologischen Subtyp (anders als bei Patientinnen und Patienten ohne Trauma) darstellen, der möglicherweise unterschiedliche Behandlungsansätze benötigt.

Lic. phil. Daniela Krneta  
Stabschefin Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

## Grosse Ehre für Schizophrenie-Experten der UPD

**Prof. Dr. med. Sebastian Walther war als Experte bei der Erstellung der aktuellsten Diagnosekriterien psychischer Erkrankungen beteiligt.**



Die amerikanische Psychiatrie-Gesellschaft (American Psychiatric Association) gibt das «Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders» heraus, woran sich im englischsprachigen Raum und in der Forschung alle orientieren.

Bei der aktuellen Überarbeitung, der DSM-5-TR, die im März 2022 erschienen ist, war Sebastian Walther als einer von zwölf internationalen Experten für Schizophrenie direkt und sehr aktiv involviert.

Bei der Erstellung dieser Kriterien werden nur wenige Forschende weltweit beigezogen und die meisten stammen aus den USA. Daher ist die Expertenrolle eine enorme Anerkennung der wissenschaftlichen Arbeit von Sebastian Walther auf dem Gebiet Schizophrenie.

Demnächst wird auch die Weltgesundheitsorganisation WHO die neueste internationale Klassifikation der Erkrankungen (ICD-11) publizieren, die im Rest der Welt gilt. Auch bei diesem Werk durfte der weltweit als Experte geltende stv. Direktor und Chefarzt der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der UPD beitragen.

# UPD-Mitarbeitende spenden für einen guten Zweck



Die Mitarbeitenden der UPD durften zu Weihnachten 2021 aus einem vielfältigen Sortiment ein persönliches Geschenk aussuchen.

Zur Auswahl stand auch die Möglichkeit für eine Spende an eine der beiden wohltätigen Organisationen «Stiftung zur Unterstützung psychisch kranker Menschen im Kanton Bern» oder «die Dargebotene Hand».

100 Mitarbeitende haben diese Möglichkeit gewählt und die UPD konnte im März insgesamt 5000 Franken an die beiden Stiftungen überweisen.

## Veranstaltungen



Nächste Sendungen:  
Mittwoch, 20. April, 17:00–18:00 Uhr  
(Wiederholung Sonntag, 3.4., 17:00–18:00 Uhr)

### Radio loco-motivo

Verrücktes Radio mit Seele: Menschen mit und ohne Psychiatrieerfahrung machen gemeinsam Radio rund ums Thema Psychiatrie, um ihre Anliegen an eine breite Öffentlichkeit zu tragen.

Radio loco-motivo sendet auf Radio Bern RaBe 95.6 MHz. Sendung verpasst? Kein Problem. Jederzeit nachzuhören auf [www.radiolocomotivo.ch](http://www.radiolocomotivo.ch)

Freitag, 17. Juni 2022, 13:00–17:30 Uhr  
Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD),  
Bolligenstrasse 111, 3000 Bern 60

### Digital Tools in der Suchtbehandlung

Jahresaustausch der Schweizerischen Vereinigung Suchtpsychologie.

Weitere Informationen finden Sie im Veranstaltungskalender auf [www.upd.ch/veranstaltungen](http://www.upd.ch/veranstaltungen)

## Dienstjubiläen März 2022

**10 Jahre**  
Monika Rentsch  
Marlène Zwahlen  
Cornelia Friedli

# 10

**25 Jahre**  
Heinz Jost-Muralt

# 25

## IMPRESSUM

Herausgeberin: Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)  
Gestaltung: tasty graphics gmbh

Die nächste Ausgabe des UPD-Newsletters erscheint im April 2022. Texte und Bilder schicken Sie bitte bis am 20. April an: [kommunikation@upd.ch](mailto:kommunikation@upd.ch)