

Korbach
Von der Eder bis zur Diemel

HNA, 06.10.09

Mehr zum Thema Depression: Hintergründe und Therapieansätze

„Behandlung hilft fast immer“

Interview mit Dr. Rolf Speier: Wie Depression entsteht, wer anfällig ist und was man dagegen tun kann

VON MARTINA BIEDENBACH

WALDECK-FRANKENBERG. Warum immer mehr Menschen an einer Depression erkranken, wie Depressionen behandelt werden und welche Chancen der Heilung es gibt – darüber sprachen wir mit dem Psychiater Dr. Rolf Speier. Weitere Fragen können Sie, liebe Leserinnen und Leser, dem Experten bei einer HNA-Telefonaktion am Donnerstag stellen.

Herr Dr. Speier, warum erkranken immer mehr Menschen an Depression, und das weltweit?

SPEIER: Gerade in der westlichen Welt haben sich die Arbeits- und Lebensbedingungen bei allem Fortschritt nicht nur positiv entwickelt. Der familiäre Zusammenhalt trägt und stützt oft nicht mehr so wie früher. Die Menschen sind dadurch stärker belastet, was zu einer Zunahme depressiver Erkrankungen führt. Dazu kommt, dass sich mehr Menschen trennen, bei Depression ärztliche oder therapeutische Hilfe zu suchen. Auch dadurch entsteht der Eindruck, dass Depressionen zunehmen.

Frauen sind weit häufiger betroffen als Männer. Woran liegt das?

SPEIER: Das hat mit Schwankungen im weiblichen Hormonhaushalt zu tun, hängt aber auch damit zusammen, dass Frauen ihre Gefühle und Stimmungen eher eingestehen als Männer. Männer entwickeln eher körperliche Symptome.

Sind es vor allem die zurückgezogen lebenden, introvertiert wirkenden Menschen, die erkranken?

SPEIER: Überraschenderweise sind es häufig diejenigen, die sonst Heiterkeit, Glück und Optimismus ausstrahlen, die für andere stets ein offenes Ohr haben und sich vom Leben augenscheinlich nicht unterkriegen lassen.

Was sind denn Ursachen für Depression?

SPEIER: Einig sind sich die



Dr. Rolf Speier

Dr. Rolf Speier leitet seit 1991 die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Haina-Kloster. In der Vitos-Einrichtung des Landeswohlfahrtsverbandes Hessen werden

pro Jahr etwa 1650 Patienten stationär behandelt. Zur Klinik gehört auch eine Institutsambulanz in Haina mit Außenstelle in Korbach. Dr. Speier ist Facharzt für Psychiatrie und Psychothera-

pie. Der 56-Jährige wohnt in Gießen, ist verheiratet und hat zwei erwachsene Kinder. Das Foto zeigt ihn vor dem Hauptgebäude der psychiatrischen Klinik in Haina. (mab) Foto: HNA/Korbach

Mediziner darüber, dass fehlgesteuerte biochemische Prozesse im Gehirn zu depressiven Erkrankungen führen. Dabei spielen auch erbliche Faktoren eine Rolle. Depressionen können aber auch Folge schwerer Lebensbelastungen sein.

Wie erkennen Betroffene oder Angehörige, ob es sich um eine Depression handelt?

SPEIER: Anzeichen sind bleierne Antriebslosigkeit, Niedergeschlagenheit, Pessimismus, Versagensängste und Minderwertigkeitsgefühle. Dazu kommen oft Schlafstörungen und Appetitmangel. Die Depression kann ohne erkennbaren äußeren Anlass auftreten, aber auch als Reaktion auf ein tragisches Ereignis wie den Verlust eines nahestehenden Menschen.

Wohin wenden sich Betroffene um Hilfe?

SPEIER: Der erste Ansprech-

partner ist meist der Hausarzt. Der kann die Patienten zum niedergelassenen Psychiater oder Nervenarzt überweisen. Auch die Institutsambulanz der Vitos-Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Haina oder Korbach kann aufgesucht werden.

Wann müssen Menschen mit Depression in die Klinik überwiesen werden?

SPEIER: In schweren Krisen, zum Beispiel bei Selbstmordgefährdung, ist eine stationäre psychiatrische Behandlung notwendig. Gelegentlich sehen sich Angehörige und Ärzte sogar zur Veranlassung einer Zwangseinweisung genötigt, wenn der Betroffene kein Einsehen in die Schwere seiner Krankheit hat.

Wie sieht die Behandlung von Menschen mit Depression aus?

SPEIER: Die wichtigsten Säulen der Behandlung einer De-

pression sind die Pharmakotherapie (Medikamentenbehandlung) und die Psychotherapie. Oft ist es sinnvoll, beide Behandlungsformen zu kombinieren. Die Pharmakotherapie mit Antidepressiva gilt inzwischen als unverzichtbares und wirksames Heilverfahren. Antidepressiva beeinflussen die Botenstoffe im Gehirn. Sie machen entgegen vieler Vorurteile und im Gegensatz zu Beruhigungs- und Schlafmitteln nicht süchtig.

Und wie sieht es mit psychotherapeutischer Therapie aus?

SPEIER: Für die Behandlung depressiver Patienten stehen verschiedene psychotherapeutische Verfahren zur Verfügung. Die mit Abstand besten Wirksamkeitsbelege liegen für das Verfahren der so genannten „kognitiven Verhaltenstherapie“ vor. Elemente dieses Behandlungsansatzes sind die Tagesstrukturierung, das heißt, dass ein gutes Ver-

hältnis zwischen Pflichten und angenehmen Tätigkeiten angestrebt wird, weiter das Angehen gegen negative Denkautomatismen („alles was ich mache, mache ich falsch“) und das Trainieren von sozialen Fertigkeiten. Psychotherapie kann für die Akutbehandlung leichter bis mittelschwerer Depressionen sinnvoll sein, aber auch nach einer abklingenden depressiven Episode zur Vermeidung von Rückfällen.

Wie groß ist die Chance, dass an einer Depression Erkrankte wieder gesund werden?

SPEIER: Prinzipiell sprechen depressive Patienten gut auf die Kombinationsbehandlung aus Medikamenten und Psychotherapie an, auch wenn die Behandlung mitunter langwierig und schwierig ist. Diese guten Behandlungsmöglichkeiten stehen oft im Gegensatz zur völligen Hoffnungslosigkeit der betroffenen Patienten, besonders in der Anfangsphase ihrer Behandlung.

Gelten die guten Heilungschancen auch für schwerste Depressionen?

SPEIER: Depressionen können zeitlich begrenzt tatsächlich einen solchen Schweregrad erreichen, dass der Patient sich nicht mehr allein versorgen kann. Auch solche schweren Zustände bilden sich jedoch fast immer unter Behandlung zurück, so dass der Patient letztendlich seine Selbstständigkeit wiedererlangt.

SERVICE

Haben Sie, liebe Leserinnen und Leser, weitere Fragen an Dr. Rolf Speier? Dann können Sie ihn am **Donnerstag, 8. Oktober, von 17.30 bis 18.30 Uhr** in der HNA-Redaktion in Frankenberg erreichen unter der Telefonnummer **0 64 51/72 33 41**. Er beantwortet Ihre Fragen zum Thema Depression. (mab)