

„Liebe allein besiegt keine Depression“

Heidenheimer Bündnis gegen Depression will die Krankheit enttabuisieren, Symptome bekannt machen und Hilfe anbieten

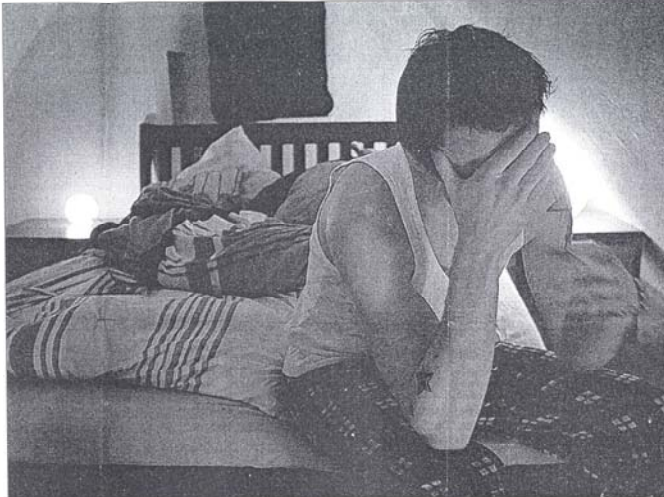
Kurt Wehrmeister, SPD-Stadtrat und evangelischer Pfarrer im Ruhestand, ist der 1. Vorsitzende des Heidenheimer Bündnisses gegen Depression. Der Suizid des Nationaltorhüters Robert Enke, der in den letzten Tagen die Krankheit Depression stark in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt hat, hat auch ihn persönlich sehr berührt. Im Interview spricht er über die heimliche Volkskrankheit.

Wie haben Sie auf die Nachricht vom Suizid von Robert Enke reagiert?

Das hat mich unmittelbar getroffen und auch betroffen gemacht. Als dann gesagt wurde, er sei sehr labil gewesen, bin ich hellhörig geworden, denn das weist schon deutlich in Richtung Depression. Gestern Abend war ich bei der Selbsthilfegruppe Depression. Dort haben viele berichtet, wie sehr sie geweint haben bei dieser Nachricht, denn dadurch wurde manchem sehr bewusst, wie nahe er selbst am Abgrund steht oder schon einmal gestanden hat. Auf der anderen Seite verbittert es mich aber auch, dass erst eine prominente Persönlichkeit Suizid begehen muss, damit das Thema wieder auf die Agenda der Medien kommt.

Warum wird die Krankheit Depression so sehr tabuisiert, dass sich ein Betroffener lieber das Leben nimmt als sein Leiden öffentlich zu machen?

Das Grundproblem ist, dass eine psychische Erkrankung eben schwer greifbar ist. Wenn sich jemand das Bein bricht, kann das jeder leicht erkennen und nachvollziehen. Ein psychisches Leiden ist aber nicht sichtbar und für nicht Betroffene auch schwerer zu verstehen. Eine Stigmatisierung findet auch vor allem da statt, wo die Leistungsfähigkeit des Betroffenen von der Krankheit beeinträchtigt wird.



Eine unbehandelte Depression verursacht großes seelisches Leid und kann den Betroffenen im schlimmsten Fall bis zum Suizid treiben. Das Heidenheimer Bündnis gegen Depression hat verschiedene Ansätze, um gegen die Krankheit vorzugehen. Mehr zum Thema auch auf Seite 26. Foto: Jennifer Räßle

Was mich am meisten berührt hat in der Geschichte um Robert Enke, waren die Worte seiner Witwe, als sie im Interview sagte: Wir haben gedacht, mit Liebe geht das. Aber die Liebe allein kann die Depression eben nicht besiegen. Ich glaube, es ist ein entscheidender Punkt, dass der depressive Mensch seine Krankheit annimmt und sich zu ihr bekennt. Erst dann ist der Weg dazu eröffnet, dass Hilfen auch greifen können und der Betroffene aus dem Gefängnis der Depression herauskommen kann.

Inwiefern kann da eine Selbsthilfegruppe nützlich sein?

Was die Selbsthilfegruppen auszeichnet ist, dass dort Menschen

zum Teil richtig abgeblockt. Es sind zwar schon 500 Multiplikatoren von uns geschult worden, aber das muss sich noch vervielfachen.

Wer ist so ein Multiplikator und um was geht es in den Schulungen?

Sinnvoll ist das beispielsweise für Pfarrer und Seelsorger, Mitarbeiter in der Altenpflege, Personal- und Betriebsräte, Übungsleiter im Sport, Apotheker, Sozialdiagnosten von Krankenkassen und Lehrern, eigentlich alle, die viel mit Menschen zu tun haben. Das Schulungsprogramm hat das

Deutsche Bündnis für Depression erarbeiten lassen, es geht um Symptome und Behandlungsmöglichkeiten der Krankheit und gezielt um Suizidalität. Die Schulung dauert zwischen drei und vier Stunden.

Gibt es den Informationsbedarf nur bei Laien oder auch bei Fachleuten?

Nun, es ist so, dass nur 60 bis 70 Prozent der von Depression Betroffenen überhaupt zum Hausarzt gehen. Nur bei 30 bis 35 Prozent dieser Patienten wird die Depression richtig diagnostiziert und nur etwa zehn Prozent bekommen eine angemessene Therapie. Es geht also vor allem auch um eine Aufarbeitung der diagnostischen und therapeutischen Defizite. Deshalb bieten wir unter Federführung der Kreisärzteschaft Fortbildungsprogramme für die Ärzte im Landkreis an, damit Betroffene dann auch gegebenenfalls an einen Facharzt weitervermittelt werden können.

Falls der Patient dort überhaupt einen Termin bekommt.

Genau, das ist nämlich das nächste Problem, das wir im Landkreis Heidenheim was die psychiatrische Versorgung betrifft unterbesetzt sind. Die Patienten müssen monatelang auf Termine warten und können sich dann einmal im Quartal vorstellen. Und dann bekommt der Facharzt für einen depressiv erkrankten Menschen 35 Euro pro Quartal von der Krankenkasse – dafür kann er nicht einmal ein vernünftiges Aufnahmegespräch machen.

Arbeitet das Heidenheimer Bündnis gegen Depression mit dem Klinikum zusammen?

Ja, wir haben ein ganz starkes Netzwerk. In unserem Vorstand sind die Oberärztin Dr. Silvi Streitl-Proske vom Klinikum, die Vorsitzende der Kreisärzteschaft Dr. Christoph Ströhle und Christoph Bauer vom Gesundheitsamt und diese Aufstellung eröffnet uns ganz viele Möglichkeiten nicht zuletzt auch dank des großen Engagement unseres Koordinators Karl-Heinz Kocka. Aber es gibt auch noch sehr viel zu tun und es wird sicherlich noch einige Zeit dauern, bis die Krankheit Depression kein Tabu mehr ist.

Wieso engagieren Sie persönlich sich so sehr für dieses Thema?

Das Thema hat mich eigentlich während meiner ganzen beruflichen Tätigkeit begleitet, sowohl im Essener Rockermilieu, wo ich als Jugendpfarrer tätig war, als auch in Stetten, wo ich mit geistig behinderten Menschen gearbeitet habe. Einmal musste ich in Heidenheim in einem Sommer innerhalb von drei Monaten drei Suizidenten verschiedener Altersstufen begleiten. Das ist mir alles sehr nahe gegangen und ich möchte mit meinem Engagement dazu beitragen, damit verbundene große Leiden soweit irgend möglich zu verringern.

Mit Kurt Wehrmeister sprach Redakteurin Silja Kummer.

(Fortsetzung auf der nächsten Seite)

fenen von der Krankheit beeinträchtigt wird.

Man traut sich also nicht, dem Chef zu sagen, dass man depressiv ist?

Ja, sicherlich auch aus Sorge um den Arbeitsplatz. Jedoch zeigt es sich oft, dass das Verständnis von Seiten der Geschäftsleitung durchaus da ist, jedoch nicht unter den Kollegen – dort überwiegt der Konkurrenzkampf. Das weist natürlich auch darauf hin, dass die Stigmatisierung der Krankheit viel mit unserer Leistungsgesellschaft zu tun hat.

Was kann man denn tun, wenn man bei einem Familienmitglied, Kollegen oder Freund eine Depression vermutet?

Man sollte auf die Signale reagieren, die der Betroffene aussendet, also mit ihm reden, wenn er sagt, dass es ihm schlecht geht, und ihn zu einem Arztbesuch anregen. Wenn jemand suizidgefährdet ist, muss man aber auch wissen, dass von einem selbst ein hohes Maß an Empathie und Sensibilität gefordert wird, wenn man sich auf den Menschen und seine Geschichte einlässt. Von uns geschulte Multiplikatoren lernen, im Gespräch vorsichtig zu eruiieren, wie weit jemand in der Suizidgefährdung fortgeschritten ist. Und im schlimmsten Fall, wenn jemand akut gefährdet ist, kann er auch zwangseingewiesen werden, wenn er nicht mehr selbst über sich entscheiden kann.

Kann man denn einem depressiven Menschen helfen, wenn der das gar nicht will?

Hilfe für Depressive

Die Selbsthilfegruppe in der Waldkirche in Heidenheim trifft sich 14-tägig donnerstags um 19.30 Uhr. Kontakt: Kurt Wehrmeister, Tel. 07321.951219

Die Selbsthilfegruppe in der AOK in Heidenheim trifft sich ebenfalls 14-tägig donnerstags um 19 Uhr. Kontakt: Ernst Seeger, Tel. 07321.271812.

Die Selbsthilfegruppe Steinheim/Söhnstetten trifft sich einmal monatlich im kathol. Gemeindehaus

in Steinheim donnerstags um 20 Uhr. Kontakt: Karlheinz Oesterle, Tel. 07329.7123.
Literatur: Kurt Wehrmeister empfiehlt das Buch „Schattendasein – Das unverstandene Leiden Depression“, erschienen im Springer Medizin Verlag, ISBN 978-3-540-71623-5. Im Internet firmiert das Bündnis gegen Depression unter

Was will das Heidenheimer Bündnis gegen Depression erreichen?

Es ist das oberste Ziel des Bündnisses gegen Depression, das Thema zu enttabuisieren. Dies hat bis heute nicht stattgefunden. Jährlich sterben etwa 9500 Menschen durch Suizid, die überwiegende Mehrheit davon war psychisch krank und die meisten davon litten an Depressionen. Das kommt in der Wahrnehmung der Öffentlichkeit aber gar nicht an.

Was kann man tun, damit sich das ändert?

Es geht vor allem auch darum, das Wissen um die Krankheit und ihre Symptome zu verbreiten. Bestimmt gab es auch bei Robert Enke Anzeichen für seine Krankheit, die aber offenbar niemand in seinem Umfeld bemerkt hat. Wir laufen uns seit anderthalb Jahren die Hacken ab, um alle möglichen Institutionen dazu zu bringen, von uns Multiplikatoren schulen zu lassen, und werden

in Steinheim donnerstags um 20 Uhr, Kontakt: Karlheinz Oesterle, Tel. 07329.7123.

Literatur: Kurt Wehrmeister empfiehlt das Buch „Schattendasein – Das unverstandene Leiden Depression“, erschienen im Springer Medizin Verlag, ISBN

978-3-540-71623-5. Im Internet firmiert das Bündnis gegen Depression unter

www.buendnis-depression.de