

Eine Krankheit mit vielen Gesichtern

Schwere Depressionen enden oft tödlich - Schulungen für Hausärzte sinnvoll

NÜRNBERG - Er ging in den Tod, weil er sein Leben nicht mehr ertragen hat: Der Suizid des Nationaltorwarts Robert Enke lenkt den Blick auf eine Krankheit, über die das Nürnberger Bündnis gegen Depression schon seit 2001 aufzuklären versucht. Immerhin werde jetzt offener über das Leiden gesprochen, sagen die Experten. «So wie bei dem ist es bei mir auch manchmal.» Solche Sätze bekommt Dr. Florian Müller-Siecheneder in diesen Tagen häufiger zu hören.

Der Psychiater leitet die Depressions-Station am Klinikum Nord, und er beobachtet zurzeit, dass seine Patienten leichter als sonst über ihre dunklen Gedanken sprechen. Eine Offenheit, die der Oberarzt auf die öffentliche Debatte über Enkes Tod zurückführt. «Sonst muss ich das immer rauskitzeln.» Die Kranken haben Angst, sofort auf einer geschlossenen Station zu landen, wenn sie über Suizidgedanken sprechen, weiß Müller-Siecheneder. Doch diese Furcht sei unbegründet. «Es gibt Lösungen», sagt der 45-Jährige. «Aber man muss darüber reden.»

Darüber zu reden, das versucht das Nürnberger Bündnis gegen Depression seit immerhin acht Jahren. 2001 startete die damals bundesweit einzigartige Aufklärungskampagne, deren Botschaft bis heute aktuell ist: Depression ist eine Krankheit mit vielen Gesichtern, die jeden treffen kann.

Schweigen ist das Problem

Nach wie vor aber reden viele Betroffene nur ungern über ihr Leiden, das häufig zu spät diagnostiziert und von Bekannten oder Kollegen noch immer zu oft verharmlost wird. «Reiß dich doch zusammen, dann wird das schon wieder, lass dich doch nicht so hängen.» Mit solchen und ähnlichen Ratschlägen haben Depressive noch immer zu kämpfen. Dabei sind Depressionen längst eine regelrechte Volkskrankheit, unter der allein in Nürnberg schätzungsweise 25.000 Menschen leiden - die Zahlen entsprechen dem landesweiten Durchschnitt. 50.000 Arbeitsunfähigkeitstage gingen im vergangenen Jahr allein bei den Nürnberger Versicherten der Techniker Krankenkasse auf das Konto dieser seelischen Erkrankung. Schwere Depressionen enden oft tödlich, weil sich die Betroffenen das Leben nehmen.

Dennoch haben gerade Männer Probleme damit, Hilfe anzunehmen oder offen mit ihrer Krankheit umzugehen. «Wenn mein Chef davon wüsste, hätte ich in der Firma keine Aufstiegschancen mehr.»

Ein Satz wie dieser sei typisch, sagt Müller-Siecheneder. Gerade Männer haben Angst, als labil und nicht belastbar zu gelten, weiß der Arzt. Oft wollen sie die Krankheit nicht wahrhaben, stürzen sich in ihre Arbeit, bringen Höchstleistungen, um die innere Leere zu füllen – und täuschen, so wie Robert Enke, ihr Umfeld über ihre wahren Gefühle. Von einer «perfekten Fassade» spricht Evelyn Kretzschmar, Koordinatorin des Bündnisses gegen Depression.

Suizid-Zahlen rückläufig

Mit seiner Öffentlichkeitsarbeit konnte das Bündnis immerhin erreichen, dass die Krankheit in Nürnberg bekannter wurde. Erst kürzlich kamen 350 Teilnehmer zum achten Anti-Depressionstag, wie Kretzschmar berichtet. «Wir sind immer wieder erstaunt, wie gut das ankommt.» Dass die Zahl der Selbstmorde in der Stadt um 25 Prozent zurückgegangen ist, will das Bündnis jedoch nicht allein auf seine Arbeit zurückführen. Und wie viel immer noch zu tun sei, «trotz unserer jahrelangen Arbeit», das zeige das Beispiel Robert Enke nur zu deutlich, so Kretzschmar.

Im kommenden Jahr will der Verein deshalb wieder Schulungen für Hausärzte anbieten, damit diese eine Depression auch rechtzeitig als solche erkennen. Denn in vielen Fällen wird die Krankheit gar nicht oder zu spät diagnostiziert. Dabei ist sie aus Sicht der Ärzte gut behandelbar, besser als viele

andere psychische Erkrankungen. Medikamente und Psychotherapie helfen - jedenfalls dann, wenn der Patient sich auch helfen lässt.

Umfeld wird getäuscht

Dass Kranke, die sich entschlossen haben, ihr Leben zu beenden, ihr Umfeld perfekt täuschen können, hat auch Müller-Siecheneder schon erlebt. Sehr betroffen war er über den Tod einer Patientin, der es beim letzten Gespräch besserzugehen schien. «Wahrscheinlich hatte sie da ihren Entschluss schon gefasst und fühlte sich dadurch entlastet», sagt der Mediziner. Kretzschmar und Müller-Siecheneder befürchten, dass der spektakuläre Tod des Torhüters und die öffentliche Debatte darüber Nachahmer auf den Plan rufen könnten. Doch noch sei es zu früh, um das zu beurteilen, die Zahlen sind nach Angaben des Polizeipräsidiums Mittelfranken bislang nicht gestiegen. «Und vielleicht», so hofft Kretzschmar, «sucht sich auch jemand schneller Hilfe.»

Manchem habe die überwältigende Anteilnahme am Schicksal des prominenten Sportlers auch zu schaffen gemacht, sagt Müller-Siecheneder. «Es gibt verbitterte Patienten, die diesen Riesenaufwand nicht begreifen können.» Dennoch: «Das, was wir seit Jahren zu vermitteln versuchen, ist plötzlich für ganz viele Menschen auf einen Schlag begreifbar geworden», sagt Evelyn Kretzschmar. Die Depression bekam ein Gesicht. Vielleicht ist dies das Vermächtnis von Robert Enke.

Angehörige leiden mit: Eine Betroffene berichtet

Es ist in erster Linie die Stille. Wenn Irene Neuner (Namen der Betroffenen geändert) zu beschreiben versucht, was die Krankheit in ihrem Leben verändert hat, dann ist es vor allem dies. «Das Schweigen ist das Schlimmste», sagt die 50-Jährige, deren Lebensgefährte Johannes Schuster seit Jahren an Depressionen leidet. Als sie die ersten Symptome bemerkte, wusste die Nürnbergerin damit überhaupt nichts anzufangen. «Unleidlich, schweigsam, überempfindlich» sei ihr Partner plötzlich gewesen. «Selbst harmlose Bemerkungen hat er als Angriff empfunden.» Wesenszüge, die die Angestellte zuvor nicht an ihm kennengelernt hatte. Lange suchte sie die Schuld für das Verhalten des Partners bei sich selbst.

Erst als sie auf Medikamente stieß, die gegen Stimmungsschwankungen wirken sollen, kam sie allmählich auf die Idee, dass Depressionen die Ursache sein könnten. Offen darüber reden könne sie mit ihrem Freund bis heute nicht. «Er kann das nicht zugeben.» Mittlerweile hat sie gelernt, mit Schusters depressiven Phasen umzugehen. Wenn er sich hinter seinem Computer oder einem Buch verkriecht oder – schlimmer noch – geistig und körperlich «völlig unbeweglich» in der Wohnung hockt, fühlt sie sich jedoch noch immer hilflos. Wer es nicht selbst erlebt habe, könne es nicht verstehen, sagt Irene Neuner. «Das ist, als ob eine Glasscheibe zwischen uns wäre.» Gut gemeinte Ratschläge von Außenstehenden, den Kranken doch einfach mal in den Arm zu nehmen, helfen da nicht weiter.

Gruppen helfen

Was hilft, ist der Austausch in einer Gruppe, wie ihn Neuner über das Bündnis gegen Depression erlebt hat. Was noch hilft, sind die guten Phasen in ihrer langen Beziehung, die Kraft geben für die dunklen Stunden. «Diese Zeit genieße ich besonders», sagt sie. «Sie ist kostbar.» Die Angst vor dem nächsten Durchhänger ist dennoch dabei. An Trennung habe sie nie gedacht, betont die 50-Jährige. Ihr Partner sei schließlich nicht schuld an seiner Krankheit. «Und der Liebe tut das keinen Abbruch.»

Silke Roennfahrt