

OZ-KOMMENTAR

BÜNDNIS GEGEN DEPRESSION

Guter Anfang

VON PETRA HERTERICH

Nein, es geht nicht darum, einfach mal einen schlechten Tag zu haben. Es geht um eine ernsthafte Krankheit. Eine, die viel zu lange verschwiegen wurde, viel zu lange Tabu-Thema war: Depressionen sind qualvoll, können ein Leben zerstören. Dabei sind sie gut zu heilen, man muss sich ihnen nur stellen (Bericht nebenstehend).

Vielen Menschen fehlt einfach der Mut, zuzugeben, dass sie depressiv sind. In einer Gesellschaft, in der vor allem zählt wer Leistung bringt, fällt es schwer, Schwäche einzugestehen. Und auch Schwäche anzuerkennen. „Stell dich nicht so an“, ist ein Satz, den psychisch Kranke oft zu hören bekommen. Er hilft ihnen nicht, treibt sie nur noch mehr in die Enge, lässt sie an sich und ihrem Leiden zweifeln.

Wenn das ostfriesische Bündnis gegen Depression es schafft, das Verständnis für depressive Menschen zu wecken, das Krankheitsbild von Vorurteilen zu befreien und den Umgang mit der Depression selbstverständlich zu machen, ist viel erreicht. Denn die Krankheit ist gut zu behandeln – bei Vorurteilen ist das ungleich schwieriger. Aber ein guter Anfang ist ja jetzt gemacht.



Jeanette Böhler, Ärztin in der Psychiatrie am Emdener Hans-Susemihl-Krankenhaus, hat das ostfriesische Bündnis gegen Depression ins Leben gerufen.

FOTO: HERTERICH

„Für Depressionen muss sich keiner schämen“

MEDIZIN Zahl der psychisch Kranken steigt seit Jahren an

Vielen fällt es schwer, die Diagnose zu akzeptieren. Die Krankheit ist noch immer ein Tabuthema. Dabei ist sie gut zu behandeln.

VON PETRA HERTERICH

EMDEN - Rund vier Millionen Menschen in Deutschland sind psychisch krank. Und die Zahl steigt - laut einer Studie der Techniker Krankenkasse allein in Niedersachsen während der vergangenen fünf Jahre um 28 Prozent. „Die Dunkelziffer liegt sicher noch viel höher“, ist Jeanette Böhler, Ärztin in der Psychiatrie des Emders Hans-Susemihl-Krankenhauses, überzeugt. Sie hat jetzt das Ostfriesische Bündnis gegen Depression ins Leben gerufen.

Nur zehn Prozent der Erkrankten bekommen die richtige Therapie. „Dabei ist eine Depression gut behandelbar“, betont Böhler. Das Bündnis, das am Mittwoch in Anwesenheit von Niedersachsens Gesundheitsministerin Ursula von der Leyen offiziell gegründet wird (siehe Kasten), hat deshalb auch zum Ziel, Ärzte, Pastoren und Lehrer zu schulen. Ihren Blick zu schärfen für depressive Symptome bei Schülern, Patienten oder Gemeindemitgliedern.

„Das rasche Erkennen einer Depression ist wichtig“, betont Böhler. Wenn man etwa schon 14 Tage lang ohne Grund bedrückt ist, mutlos, müde und desinteressiert an allem, wenn man nicht mehr schlafen kann und zu nichts Lust hat, deutet vieles auf eine Depression hin. „Sprüche wie: ‚Nun rei dich mal zusam-

men‘ helfen da gar nichts.“ Spezielle Therapien und Medikamente hingegen schon. „Davon wird man weder abhängig, noch wird die Persönlichkeit verändert.“

Die medizinische Hilfe ist oft lebenswichtig. „Bei 70 Prozent aller Selbstmorde spielen Depressionen eine Rolle. Insofern handelt es sich um eine lebensbedrohliche Krankheit“, so Böhler.

Sie bedauert, dass es noch immer „ganz, ganz viele Vorurteile“ gebe. „Es ist besonders schwer, diese Diagnose zu akzeptieren. Viele Patienten erzählen niemandem, dass sie bei uns in Behandlung sind. Kaum jemand traut sich zu sagen, dass er in der Psychiatrie war.“ Deshalb sei ei-

nes der Ziele des Bündnisses, die Depression aus der Tabuzone zu holen, sie als eine Krankheit zu begreifen, „für die man sich nicht schämen muss“. „Bei einer Depression sind die Botenstoffe im Gehirn ins Ungleichgewicht geraten und dadurch kann sich die Gefühlswelt verändern.“

Frauen sind von Depressionen doppelt so häufig betroffen wie Männer. „Natürlich spielt auch oft die Lebenssituation eine Rolle, wie zum Beispiel Arbeitslosigkeit. Aber nicht jeder Arbeitslose wird depressiv.“ Insofern müssen die steigenden Zahlen nichts mit der wirtschaftlichen Lage zu tun haben. „Sicher hat Depression aber mit Vererbung zu tun“, so Bhler.

Bündnis gegen Depression

Gegründet wird das ostfriesische Bündnis offiziell am Mittwoch, 13. April, um 16 Uhr in der Emders Johannes-a-Lasco-Bibliothek. Niedersachsens



Ursula von der Leyen

Gesundheitsministerin Ursula von der Leyen ist die Schirmherrin und wird an der Feier teilnehmen.

Mitglieder des Bündnisses sind Krankenhäuser, niedergelassene

Ärzte, Psychologen, Gesundheitsämter und die Fachhochschule in Emden. Das Projekt

ist zunächst auf drei Jahre befristet.

Die Idee zu einem solchen Zusammenschluss kommt aus Nürnberg. Inzwischen gibt es sie in ganz Deutschland. „Das Interesse ist auch hier groß“, freut sich Jeanette Bhler, Gnderin des ostfriesischen Bündnisses.

Finanziert wird die Arbeit über Spendengelder. Wer das Bündnis finanziell unterstützen will, kann das bei: Bündnis gegen Depression e. V., Sparda-Bank Nürnberg, BLZ: 76090500, Konto: 2242249, Stichwort: Ostfriesisches Bündnis.

Informationen gibt es im Internet unter www.buendnis-depression.de oder bei Jeanette Bhler, Tel.: 04921/98-1475.

Bündnis gegen Depressionen startet Aufklärung

Auftaktveranstaltung in der A-Lasco-Bibliothek / Auricher Gesundheitsamt

bietet Info-Abende für Jedermann

wit Aurich/Emden. „Depression kann jeden treffen, Depression hat viele Gesichter, Depression ist heilbar“, so steht es als Überschrift in einem gerade fertig gewordenen Flyer, mit dem das ostfriesische Bündnis gegen Depressionen das Wissen über diese Volkskrankheit vergrößern will.

Der Flyer enthält einen Selbsttest aus 14 kurzen Fragen, mit dessen Hilfe jeder kontrollieren kann, ob er nur mal schlecht drauf ist oder der Verdacht einer Depressi-

on nahe liegt. Auch Angehörige lernen durch den Test Symptome kennen, die auf eine Depression hinweisen.

Zur Aufklärungsanstrengung gehört, dass sich die Mitarbeiter des sozialpsychiatrischen Dienstes innerhalb des Auricher Gesundheitsamtes darauf vorbereitet haben, Jedermann in einem Abendkursus (Termin ist abzusprechen) über die Krankheit zu informieren. Silke Kuznik, Leiterin des Dienstes, sagte, dieses Angebot richte sich an Landfrauen genauso

wie an Sportvereine. Angesprochen werden sollten aber auch Ärzte, um sie dafür zu sensibilisieren, dass hinter vielen körperlichen Symptomen Depressionen stecken könnten. Ebenfalls wende sich die Aufklärungsarbeit an Apotheker, die ja mit vielen Menschen über Gesundheitsprobleme sprächen und natürlich keine Diagnose stellen aber ihren Kunden Hinweise und Ratschläge geben könnten. Zudem halte der Dienst neben den Flyer Aufklärungsbroschüren, Vi-

deos und CDs bereit, die gegen einen Unkostenbeitrag ausgehändigt würden.

Das Bündnis gegen Depression informiert im Internet unter der Adresse www.buendnis-depressionen.de und dann Region Ostfriesland über seine Aktivitäten. Der sozialpsychiatrische Dienst ist in Aurich unter der Rufnummer 04941/ 935128 und in Norden unter der Rufnummer 04931/935178 zu erreichen. Das Aufklärungsmaterial muss bezahlt werden. Wer sich daran beteiligen möchte

kann eine Spende auf das Konto der Sparda-Bank Nürnberg überweisen. Konto-Nummer: 2242249, BLZ 76090500, Stichwort: Region Ostfriesland. Die Mitarbeiter bekommen kein Geld; sie arbeiten ehrenamtlich.

Die Aufklärungskampagne startet am kommenden Mittwoch, 13. April, mit einer Veranstaltung in der a-Lasco-Bibliothek. Die Theatergruppe „Total Normal“ des Landeskrankenhauses Wehnen zeigt Ausschnitte aus ihrem aktuellen Programm. Danach wer-

den Ärzte, Angehörige und Patienten über die Krankheit berichten. Schirmherr ist Landschaftspräsident Helmut Collmann. Die Veranstaltung beginnt am Mittwoch um 16 Uhr.

Im Bündnis gegen Depressionen haben sich die psychiatrischen Abteilungen der Krankenhäuser Norden und Emden, die Gesundheitsämter Aurich, Emden, Leer, die Fachhochschule Ostfriesland und der Sozialpsychiatrische Verbund Landkreis Aurich zusammen geschlossen.