

Wenn die Welt einen Grauschleier trägt

GESUNDHEIT. Klinik-Chefin erkrankte an Depressionen – jetzt will sie mit einem breiten Bündnis für Aufklärung und Enttabuisierung eintreten.

Sie hat einmal kurz Luft geholt - und dann hat sie es rausgelassen, das Geständnis: „Vor zwei Jahren hatte ich auch eine Depression“, sagt Jane Splett-Bambynek. Für ihr Bekenntnis hätte sie sich kaum einen passenderen Ort suchen können als diese Pressekonferenz: Gestern stellte sich das „Essener Bündnis gegen Depression“ vor. Dass es dieses Bündnis jetzt - endlich - auch hier gibt, geht mit auf ihre Initiative zurück. Jane Splett-Bambynek konnte dabei die persönliche Erfahrung mit ihrer Profession verbinden: Sie ist kaufmännische Leiterin der Rheinischen Landeslinik in Essen, die sich um vielfältige psychische Erkrankungen kümmert.

Es fühlte sich an wie ein Herzinfarkt

Anfang 2006 ist es, als bei der heute 48-Jährigen die ersten Symptome auftreten, Schlafstörungen und Rückenschmerzen sind es zunächst, später kommen Panikattacken hinzu. Sie meint sogar, einen Herzinfarkt zu haben - der Körper muss es meist ausbaden, wenn die Seele leidet. Splett-Bambynek hat Glück: Ihr Hausarzt diagnostiziert die Depression sehr schnell - das gelingt nicht oft. „Zum Schluss konnte ich kaum noch arbeiten“, erzählt sie. „Ich habe zwei Sätze gelesen und wusste anschließend nicht, was ich gelesen hatte.“ Die ganze Welt hat plötzlich einen Grauschleier, sie freut sich auf nichts und niemanden mehr, selbst aus einst goldenen Erinnerungen werden Bleiklumpen.

Fast zwei Monate ist Jane Splett-Bambynek in einer Klinik, über ein Jahr lang nimmt die alleinerziehende Mutter von drei Töchtern Antidepressiva. Ihre Geschwister und ein Netzwerk von Freunden haben sie aufgefangen, erzählt sie. „Ich bin von Anfang an offensiv mit der Krankheit umgegangen“, erzählt sie - und ist damit wohl eher die Ausnahme.

Obwohl bis zu 20 Prozent der Bevölkerung irgendwann in ihrem Leben eine depressive Episode durchmachen, wagen nur wenige ein offenes Bekenntnis zu dem seelischen Leiden - prominentes Beispiel der jüngsten Zeit ist der ehemalige Fußball-Nationalspieler Sebastian Deisler. Dass auch ein



Jane Splett-Bambynek möchte Betroffenen Mut machen.

Foto: NRZ

erfolgreicher Sportler bekennt, depressiv zu sein, hat vielen Mut gemacht, weiß Prof. Jens Wiltfang von der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Rheinischen Klinik.

Insofern könnte auch das Beispiel von Jane Splett-Bambynek Kreise ziehen. Jetzt, nach knapp einem Jahr, hat sie die täglichen Medikamente wieder ausschleichen können, die Offensive

gegen die Depression will sie fortsetzen. Und auch da kann sie auf ein starkes Netzwerk bauen. Denn Depression kann, unerkannt und unbehandelt, zum Tod führen. Offensive Informationsarbeit, bessere Schulung von Hausärzten, Polizisten, Pfarrern - das sind die Pläne, die das Bündnis gegen Depression jetzt ins Auge gefasst hat.

Fernziel: Weniger Selbstmorde in Essen

Das Fernziel: Die Zahl der Selbstmorde in Essen zu senken - so wie es das Vorbild Nürnberg seit 2001 geschafft hat. Nach Angaben des Landesamtes wählten 2006 genau 51 Essener, darunter 17 Frauen, den Freitod. Immerhin: Die Zahl sinkt allmählich. Und nach Expertenschätzungen sind etwa zwei Drittel der Menschen, die den Freitod wählen, depressiv. Wenn Jane Splett-Bambynek das sagt, heißt das: „sind an Suizid gestorben“. Sie sagt nicht „durch“ sondern „an“. Vermutlich, weil sie zu gut weiß, dass es eine Krankheit war, die da tödlich endete.