

Hoffnung für chronisch Depressive

■ Psychotherapie auf neuen Wegen – US-Konzept im Zentrum der Lübecker Verhaltenstherapiewoche

Lübeck. Zahlen und Fakten zum Thema Depression leiteten die Eröffnungsveranstaltung der Verhaltenstherapiewoche in Lübeck ein. Eine Bilanz des ersten „Bündnisses gegen Depression“ in Nürnberg wurde als nächstes geboten, und dann stellten Professoren der Lübecker Uni-Psychiatrie „eine neues Rahmenkonzept der Behandlung chronischer Depressionen“ vor – das „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP), meist nur kurz „Cebas“ genannt.

Dr. Valerija Sipos (Uni-Psychiatrie Lübeck) schilderte den bekannnten traurigen Stand der Dinge: Wer mit Depressionen zu seinem Hausarzt geht, dessen Leiden wird in vielen Fällen nicht erkannt, und wenn dennoch die richtige Diagnose gestellt wurde, ist keineswegs eine angemessene Therapie die Folge. Oft werden nur Medikamente verabreicht, angemessene Psychotherapie findet seltener statt. Dabei gehören Depressionen zu den häufigsten psychischen Erkrankungen, mit einem oft traurigen Ende. Rund 25 Prozent aller Depressiven sterben durch Suizid. Da davon ausgegangen werden könne, dass bei 90 Prozent aller Suizide eine psychische Erkrankung vorlag, dürfte nach Meinung der Psychiater in den meisten dieser Fälle eine Depression der Auslöser gewesen sein. In Deutschland

sterben jährlich etwa 11000 Menschen durch eigene Hand, doppelt so viel wie durch Verkehrsunfälle.

Erst vor wenigen Jahren wurde versucht, diese Problematik mit neuen Ideen anzugehen. In Nürnberg wurde um die Jahrtausendwende das erste „Bündnis gegen Depression“ initiiert. Dr. David Althaus hat damals diese Aktion koordiniert und zog jetzt in Lübeck eine Bilanz.

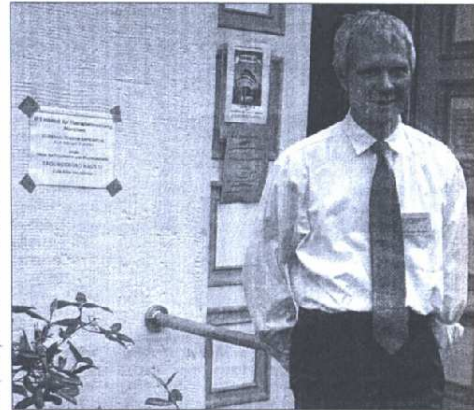
Bündnis gegen Depressionen – Koordinator zog Bilanz

Die Ziele des Bündnisses waren vielfältig: Die Bevölkerung sollte aufgeklärt werden über die Erkrankung und ihre Behandlung. Weit verbreitete Fehlurteile sollten abgebaut werden: zum Beispiel die Meinung, dass Depressive selbst Schuld an ihrer Krankheit seien oder der Irrglaube, das Antidepressiva süchtig machen oder wesensverändernd wirken. Weiter galt es, Multiplikatoren zu schulen. Pastoren oder Lehrer sind oft die ersten, die wegen der Krankheit angesprochen werden. Nicht zuletzt galt es auch die Hausärzte weiterzubilden.

Parallel zu den Vorträgen, Schulungen und Presseaktivitäten kontrollierte

eine Befragungsaktion den Erfolg des Unternehmens. Dazu wurden einmal Bevölkerungsgruppen in Nürnberg selbst angesprochen und zur Kontrolle vergleichbare Gruppen in Würzburg befragt, dort gab es keinerlei Aktivitäten zum Thema Depression. Diese Untersuchungen, die jeweils in den Jahren 2000, 2001 und 2002 stattfanden, belegten, dass der Wissensstand über die verschiedenen Aspekte von Depression bei den Nürnbergern ganz erheblich gestiegen war. Weiter wurde die Suizidrate als eine Art Indikator untersucht. Hier gab es keine klaren Ergebnisse, allenfalls eine leicht positive Tendenz in Nürnberg im Gegensatz zu Würzburg.

Die insgesamt aber deutlich bessere Versorgung von Depressiven in Nürnberg führte dazu, dass inzwischen deutschlandweit Bündnisse gegen Depression gegründet wurden, die auf den Nürnberger Arbeiten fußen und sie weiterentwickeln. Die Lübecker Universitäts-Psychiatrie spielte dabei eine Vorreiterrolle. Hier wurde erfolgreich das zweite Bündnis ins Leben gerufen. Dabei zeigte sich auch eine Veränderung in der Haltung der psychologischen Psychotherapeuten zu den Aktivitäten des Bündnisses. In Nürnberg konnte seinerzeit kein einziger der 150 niedergelassenen Psychotherapeuten zur Mitarbeit gewonnen werden. In Lübeck dagegen waren



Der Leiter des Ausbildungsbereichs des Institutes für Therapiefor- schung IFT, Dr. Christoph Kröger, hatte die Tagung im ehemali- gen Kesselhaus der Uni Lübeck organisiert. Foto: Hellmann

von Anfang an praktisch alle niederge- lassenen Therapeuten mit im Boot – auch dies ein Zeichen für die neue Rolle der Psychotherapie.

Große Sorgen bereiten nach wie vor die chronisch kranken Depressiven, also diejenigen, deren Leiden länger als zwei Jahre anhält und die sich resistent gegenüber bisherigen Therapien zeigen – das sind etwa 25 Prozent aller Depressiven. Prof. Dr. Ulrich Schweiger und Prof. Dr. Fritz Hohagen von der Lübecker Uniklinik für Psychiatrie stellten dazu ein neues Konzept vor. Dieser Therapieansatz beruht auf den Arbeiten des US-Forschers und Psychotherapeuten James P. McCullough und trägt den Titel: „Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP), meist nur kurz „Cebas“ genannt.

McCullough, der sein Konzept für erwachsene Patienten entwickelte, geht davon aus, dass chronisch Depressive in ihrem kognitiven und emotionalen Verhalten auf den Stand von vier- bis siebenjährigen Kindern zurückgefallen sind. Entsprechend „retardiert“ seien ihr Problemlösungsverhalten und ihre Fähigkeit zur Empathie. Deshalb integriert der Therapieansatz von McCullough die unterschiedlichsten Beschreibungen: Jean Piagets kognitiv-emotionale Beschreibungen, Skinners Lerntheorien, Seligmanns Modell der erlernten Hilflosigkeit, Banduras Theorie des sozialen Lernens und andere Ansätze mehr. Daraus resultiert ein Behandlungsziel,

das darauf ausgerichtet ist, bei den Patienten wieder Fähigkeiten zum operativen Denken beim Problemlösen und emphatisches Verhalten mit sozialer Interaktion zu ermöglichen.

In den USA wurde CBASP in einer Doppelblindstudie bei über 600 Patienten getestet. Die Probanden litten im Durchschnitt seit 15 Jahren an chronischer Depression. Es zeigte sich, dass die Therapie vor allem in Kombination mit Antidepressiva signifikante Besserungen brachte.

Diese Ergebnisse führten dazu, dass ein Team der Lübecker Uni-Psychiatrie um Prof. Dr. Fritz Hohagen zum ersten Mal in Deutschland die Arbeiten von James P. McCullough aufgriff. Den Therapieansatz nun überprüft und auf hiesige Strukturen weiterentwickelt. Zur Zeit werden die bisher nur auf englisch erschienenen Arbeiten von McCullough übersetzt und sollen Ende dieses Jahres erhältlich sein.

Hans-Dieter Hellmann

McCullough, J. P.: Treatment for chronic depression. Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy“ (CBASP). New York 2000. Guilford Verlag. Die deutsche Fassung „Psychotherapie bei chronischer Depression“ erscheint bei Urban & Fischer, Hrsg.: Schramm, Schweiger, Hohagen, Berger. Ein Patientenhandbuch und ein Therapeutenmanual sollen ebenfalls noch in diesem Jahr bei CIP-Medien in München erscheinen (Hrsg.: Schweiger, U. u. J., Sipos, V.).

Weites Spektrum der Therapie

■ Lübecker Fortbildungstage lockten 180 Teilnehmer

Lübeck (hdb). Eine der ältesten regelmäßigen, jährlich stattfindenden Fortbildungsveranstaltungen in Norddeutschland ist seit bald dreißig Jahren die Verhaltenstherapiewoche. Jetzt trafen sich wieder rund 180 Teilnehmer zu dem Treffen in der Universität Lübeck, organisiert vom Institut für Therapiefor- schung (IFT) München in Zusammen- arbeit mit der Klinik für Psychiatrie der Lübecker Universität.

Dr. Christoph Kröger, Leiter des Ausbildungsbereichs am IFT, erläuterte im Gespräch mit dem „Eppendorfer“ die Ziele und Schwerpunkte der Tagung: Circa 80 Prozent der Teilnehmer seien psychologische Psychotherapeuten, weitere Ärzte und Sozialpädagogen. Das Spektrum der zwanzig Kurse reichte von Themen wie „Umgang mit extremen Emotionen“ über „Gedächtnistraining“ bis hin zu

„Rauchfrei in 10 Schritten“.

Als Schwerpunktthema des Treffens wurde das Stichwort „Depressionsbehandlung“ gewählt, wobei der anspruchsvolle Untertitel „Die Rolle der Psychotherapie definiert sich neu“ Erwartungen weckte (siehe nebenstehenden Bericht). Dr. Kröger erklärte die Wahl dieses Themas mit einem der Forschungsschwerpunkte der Lübecker Psychiatrie, die dem Thema Depressionsbehandlung gewidmet ist.

Das Institut für Therapiefor- schung in München kann auf eine lange Tradition der Forschung und Weiterbildung zurückblicken. Es wurde 1973 von Wissenschaftlern des Max-Planck-Institutes für Psychiatrie als unabhängiges Forschungsinstitut für anwendungsnahe Fragestellungen gegründet. Es beschäftigt sich mit angewandten psychologischen Forschungen zu

verschiedenen Themen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. So wurden in den letzten Jahren substanzbezogene Störungen und pathologisches Spielverhalten (Suchtverhalten) von den rund 40 Mitarbeitern untersucht. Träger des IFT ist eine gemeinnützige Stiftung. Die Finanzierung erfolgt ausschließlich auf der Basis von Projektförderung und Aufträgen überwiegend aus öffentlichen Mitteln und von Verbänden.

Die nächste Verhaltenstherapiewoche findet vom 15. bis 19. September in Freiburg statt. Sie trägt den Titel: „Selbstwert: Selbstachtung, Selbstwertschätzung und Selbstzuwendung.“

IFT Institut für Therapiefor- schung, Verhaltenstherapiewoche, Parzival- straße 25, 80804 München, Tel.: 089/36080422, www.vtwoche.de

