

10. September 2010
Focus-Online

http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/psychologie/krankheitenstoerungen/tid-19790/weltsuizidpraeventionstag-kampagnen-gegen-das-tabu_aid_550101.html

Suizidprävention

Der tabuisierte Tod

Freitag 10.09.2010, 10:54 · von FOCUS-Online-Redakteurin Nicole Lauscher



Jeder achte Deutsche ist bereits einmal an einer Depression erkrankt colourbox.com

Die Selbsttötungsrate in Deutschland ist dramatisch hoch. Trotzdem bleibt Suizid ein Tabuthema. Ein europäisches Präventionsprojekt soll das ändern und Leben retten.

6852 Menschen sind im Jahr 2008 in Deutschland ums Leben gekommen, durch Verkehrsunfälle, Drogen, Mord oder Totschlag. Es waren unnötige Tode. Sie hätten verhindert werden können – irgendwie. Die Zahl mag in Summe

dramatisch anmuten. Dramatischer aber ist die Zahl derer, die sich selbst getötet haben: 9451 Menschen sahen den Tod als einzigen Ausweg.

„90 Prozent der Menschen, die einen Suizid begehen, sind psychisch krank. Die meisten leiden an Depressionen, aber auch schizophrene Erkrankungen sowie Alkohol- oder Drogenabhängigkeit spielen eine Rolle“, erklärt Ulrich Hegerl, Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Leipzig und Leiter des europäischen Suizidpräventionsprojekts. Der größte Teil derer, die sich selbst töten, begeht diese Verzweiflungstat nicht aus freiem Willen, sondern weil er krankheitsbedingt eine negativ verzerrte Wahrnehmung seiner Lebenssituation hat: mit großer Hoffnungslosigkeit und hohem Leidensdruck. Wenn eine Depression behandelt wird, kommen Hoffnung sowie Genuss- und Leistungsfähigkeit zurück.

Jeder achte Deutsche ist an einer Depression erkrankt

Depressionen sind weitverbreitet. Gerade ist eine Umfrage im Rahmen des europäischen Suizidpräventionsprojekts OSPI-Europe (Optimizing Suicide Prevention Programmes and their Implementation in Europe) unter 4000 Teilnehmern aus Deutschland, Irland, Portugal und Ungarn veröffentlicht worden. Sie kommt zu dem Ergebnis, dass in der Bundesrepublik bereits jeder achte Befragte im Lauf seines Lebens an einer Depression erkrankt war. Allerdings erhielt nur jeder dritte auch eine Behandlung. Fast 24 Prozent der deutschen Teilnehmer gaben an, in ihrem engeren Umfeld einen Menschen mit Depressionen zu kennen. 8,5 Prozent haben dort mindestens einen Selbsttötungsversuch erlebt, 5,5 Prozent sogar einen Suizid. Selbst nach einem Suizidversuch nahm nur die Hälfte der Betroffenen eine Therapie in Anspruch.

Von den deutschen Befragten gab nicht einmal ein Viertel an, bisher mit einem Experten über psychische Probleme gesprochen zu haben. Während die Befragten aller Länder gleichermaßen den stärksten Rückhalt in der Familie spüren und sich gut auf Freunde, Nachbarn und Kollegen verlassen können, erleben die Deutschen, im Vergleich zu den Teilnehmern anderer Länder, Experten des Gesundheitswesens, aber auch religiöse Gemeinden als wenig unterstützend.

Kampagnen gegen das Tabu

Das europäische Suizidpräventionsprojekt hat zum Ziel, die Selbsttötungsrate zu verringern. Erreichen wollen die Forscher um Ulrich Hegerl dies, indem sie die Krankheit Depression in die Öffentlichkeit bringen: Kampagnen sollen Erkrankte ermutigen, den Weg zum Arzt zu suchen und nicht aus Scham und aufgrund von Selbstvorwürfen zu schweigen, sagt der Psychiater. Projektmitarbeiter schulen Hausärzte, damit sie Depressionen besser als bisher diagnostizieren. Zu häufig würden depressive Erkrankungen nämlich nicht erkannt und deshalb auch nicht behandelt. „Viele vermuten körperliche Krankheiten, zum Beispiel eine Infektion, hinter Symptomen wie Kraft- und Schlaflosigkeit.“

Zudem gehört es zum Konzept von OSPI-Europe, Betroffene und Angehörige zu unterstützen. Letztgenannte könnten Betroffene ermutigen, einen Experten aufzusuchen, am besten sogar einen Termin auszumachen, damit der erste Schritt getan ist, erklärt Ulrich Hegerl. Zudem will sein Team erreichen, dass der Zugang zu tödlichen Mitteln beschränkt wird, indem zum Beispiel Packungsgrößen von gefährlichen Medikamenten verkleinert oder bestimmte Orte besser gesichert werden.

Gelder besser einsetzen

„Es ist wirklich dramatisch, wie wenig Geld in Deutschland in die Suizidprävention fließt, verglichen mit den Ausgaben für Verkehrssicherheit“, sagt Hegerl. „Dabei ist die Todesrate durch Selbsttötung hierzulande mehr als doppelt so hoch, und auch diese Menschen sterben unverschuldet.“