

Depression: Als Volkskrankheit noch häufig unterschätzt

Psychiater informieren am Samstag im Thon-Dittmer-Palais

REGENSBURG (bö). Rund 7000 Regensburgerinnen und Regensburger leiden unter Depression. Vielen von ihnen könnte geholfen werden – würde die Krankheit erkannt. Um über die „unterschätzte Volkskrankheit“ aufzuklären, findet morgen, Samstag, im Thon-Dittmer-Palais der vierte „Informationstag Depression“ statt.

In Deutschland leiden etwa vier Millionen Menschen an einer Depression, pro Jahr nehmen sich etwa 8000 depressiv Erkrankte das Leben. Regensburg stand jahrelang an der Spitze der bundesdeutschen Selbstmord-Statistik. Das hat sich geändert; seit Ende 2002 das Regensburger Bündnis gegen Depression e. V. (Siehe: „Gut zu wissen“) gegründet wurde. Die Suizid-Fälle sanken in den Jahren 2003 und 2004 signifikant. Dr. Hermann Spießl (Siehe: „Nachgefragt“), Vorsitzender des Bündnisses, Privatdozent und Geschäftsführender Oberarzt am Bezirksklinikum der Universität, führt das darauf zurück, dass durch Veröffentlichungen in den Medien Betroffene möglicherweise Hilfe in Anspruch genommen haben. Durch Antidepressiva und Psychotherapie könnte nämlich vielen Erkrankten erfolgreich geholfen werden.

Unter Schirmherrschaft von Bürgermeisterin Petra Betz und Walter Röhl findet deshalb morgen, Samstag, der vierte „Informationstag Depression“ ab 10 Uhr im Thon-Dittmer-Palais am Haidplatz in Regensburg statt. Denn: Je größer das Wissen in der Bevölkerung und bei den Ärzten ist, desto größere Chancen



Depression – selbst Betroffene nehmen sie oft nicht ernst genug. Foto: dpa

bestehen, eine Depression rechtzeitig zu erkennen und wirksam zu behandeln.

Spezialisten der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am Bezirksklinikum der Universität referieren morgen zu folgenden Themen: 10 Uhr „Diagnose und Therapie der Depression“ (Privat-Dozent Dr. Hermann Spießl). 11 Uhr „Neueste Therapieansätze bei Depressionen“ (Dr. Berthold Langguth). 12 Uhr „De-

pression, Angst und Schmerz“ (Dr. Michael Landgrebe). Im Anschluss an die jeweils etwa 30-minütigen Vorträge ist Zeit für Fragen an die Referenten. Von 10 bis 14 Uhr erhalten Besucher Informationsmaterial und weitere Auskünfte über die Erkrankung und ihre Behandlung. Für Fragen und Auskünfte steht außerdem eine Ansprechpartnerin am Bezirksklinikum zur Verfügung; unter Tel. (09 41) 941-16 22 oder unter depression@medbo.de.

„Zwei einfache Fragen“

Herr Dr. Spieß, wie erkennt man eine echte Depression?

Spieß: Man sollte sich zwei einfache Fragen stellen: Habe ich mich in den vergangenen Monaten niedergeschlagen, deprimiert oder hoffnungslos gefühlt? Habe ich bemerkt, dass ich wenig Interesse oder Freude an dem aufbringen kann, was ich tue? Beantwortet man beide Frage mit Nein, ist eine Depression unwahrscheinlich. Bei „Ja“ ist weitere Abklärung nötig.

Bin ich bereits depressiv, wenn der Herbstnebel meine Stimmung beeinträchtigt?

Nicht jede kurzfristige Verstimmung ist eine Depression. Die Psychiater gehen von einer Depression aus, wenn zu den beiden genannten Punkten zwei von drei Kernsymptomen hinzu kommen: Erhöhte Er-

schöpfbarkeit, hartnäckige Schlafstörungen, quälende Schuldgefühle und Selbstkritik, vermindertes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen beispielsweise. Wenn dieser Zustand

mindestens 14 Tage anhält, könnte das ein Zeichen für eine Depression sein.

In Regensburg sollen 7000 Menschen depressiv sein. Woran liegt das?

Untersuchungen haben ergeben, dass in Regensburg eine größere Häufigkeit an Depression herrscht als im Bundesdurchschnitt. Das hat mehrere Gründe. Beispielsweise

leben in Regensburg viele über 65-Jährige, die häufig von Depression betroffen sind. Es besteht aber auch die Möglichkeit, dass sich durch das große psychiatrische Krankenhaus speziell Menschen ansiedeln, die wissen, dass sie hier Hilfe bei ihren Problemen finden.

NACHGEFRAGT...



... bei Dr. Hermann Spieß

Bündnis gegen Depression

bö. Das Regensburger Bündnis gegen Depression ist ein eingetragener Verein, dessen Vorsitzender Dr. Hermann Spieß ist. Ihm gehören an: niedergelassene Psychiater und Psychotherapeuten, der sozialpsychiatrische Dienst der Bayerischen Gesellschaft für Psychiatrische Gesundheit, der Sozialpsychiatrische Dienst des Diakonischen Werkes, das Amt für Gesundheit und Ernährung, der Krisendienst Horizont, die Telefonseelsor-

ge, Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität am Bezirksklinikum, die Selbsthilfegruppen „Irren ist menschlich“ und KISS, sowie der Verein der Angehörigen psychisch Kranker.

Im Internet sind sämtliche Kontaktadressen zu

finden, sowie ein Selbsttest, ob man an Depression leidet.

www.buendnis-depression.de/depression/regensburg.php

GUT ZU WISSEN