

Eine Depression kann jeden treffen

Eine Volkskrankheit, die behandelbar ist, aber den Alltag schwer beeinträchtigen kann

MICHELNEUKIRCHEN (res). „Depression kann jeden treffen“, war Thema eines Vortrages, beim Katholischen Frauenbund. Referent war H. Kutscher vom „Bündnis gegen Depression“.

Kutscher berichtete, dass allein in Deutschland rund vier Millionen Menschen an einer Depression leiden. Depression ist nicht Ausdruck persönlichen Versagens, sondern eine Erkrankung, die jeden treffen kann. Oftmals, so der Referent, denken Patient und Arzt zunächst auch an eine körperliche Erkrankung, bei genauer Nachfragen ist jedoch fast immer eine sichere Diagnose möglich. Diese sei sehr wichtig, da die meisten depressiven Patienten erfolgreich behandelt werden können. Wird die Depression jedoch nicht erkannt, führt dies zu unnötigem Leiden und zur Gefährdung des Patienten, im schlimmsten Fall bis zum Suizid.

Oft geht der Depression etwa der Verlust einer geliebten Person voraus oder eine anhaltende Überforderung. Sie kann aber auch aus heiterem Himmel kommen. Viele Betroffene erleiden nur eine einzige depressi-

ve Phase in ihrem Leben, bei anderen kehrt die Depression wieder. Bei manchen Patienten spielen die trüben Herbst- und Wintermonate eine große Rolle. Nicht alle, die an einer Depression erkranken, leiden unter den selben Symptomen. Es muss nicht immer die depressive Verstimmtheit im Vordergrund stehen. Bei manchen überwiegt der fehlende Antrieb und Schwung, bei anderen eine rastlose innere Unruhe. Oft kommt es zu



Stilla Stahl bedankte sich bei Referent Kutscher für den informativen Vortrag.

Schlafstörungen und vielfältigen körperlichen Beschwerden. Neben ausgeprägter Freud- und Gefühllosigkeit mit innerer Leere kommt es häufig zu Konzentrationsstörungen und manchmal auch zu beklemmender Angst. Der Schweregrad ist unterschiedlich, bis hin zum völligen Erliegen des normalen Alltags, so der Referent.

Dank medikamentöser Therapie und psychotherapeutischer Verfahren stehen hochwirksame Behandlungsmethoden zur Verfügung. Leider kommen sie nicht immer zum Einsatz, weil Depressionen noch häufig übersehen werden. Antidepressiva werden eingesetzt. Die Symptome lassen damit meistens nach. Um einen Rückfall zu vermeiden, ist eine regelmäßige und oft Monate dauernde medikamentöse Therapie notwendig. Antidepressiva machen nicht, wie oft angenommen wird, abhängig und verändern auch nicht die Persönlichkeit.

Zum Schluss wies Kutscher noch auf die Hilfen durch den Krisendienst „Horizont“ und die der Notfallseelsorge hin. Bei beiden Einrichtungen können Betroffene zu jeder Tages- und Nachtzeit anonym anrufen, damit ihnen geholfen werden kann.