

„Verdrängung hilft nicht weiter“

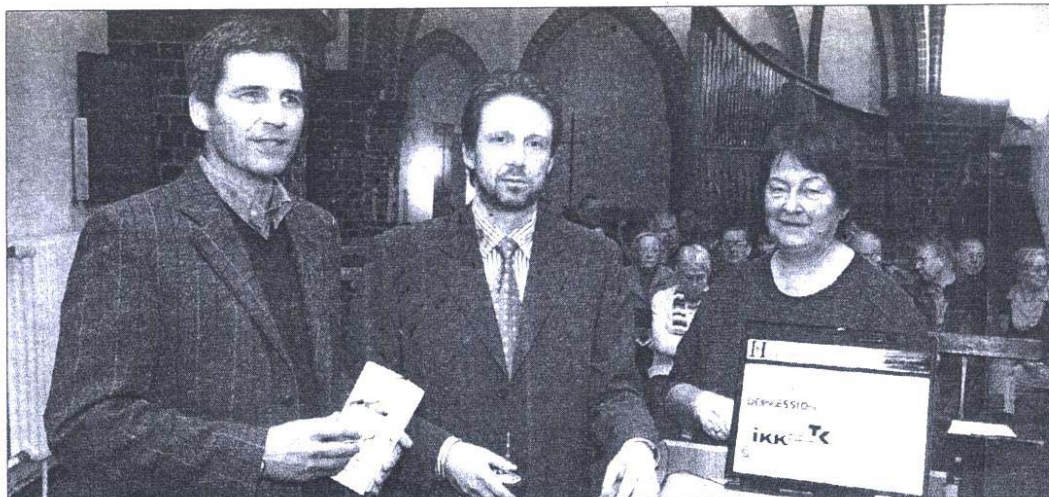
Ärztlicher Direktor der Flemming-Klinik sprach über das Thema Depression

Depression kann jeden treffen, doch die Krankheit ist behandelbar. Das ist die Botschaft des Schweriner „Bündnisses gegen Depression“. In der Thomaskapelle des Doms sprach der Ärztliche Direktor der Carl-Friedrich-Flemming-Klinik, Prof. Dr. Andreas Broocks, über aktuelle Formen der Behandlung.

Altstadt

Von Christian Koepke

„Jeder Mensch kann in eine Depression hereinrutschen“, erklärte Andreas Broocks. Es komme darauf an, die Frühwarnzeichen der Erkrankung rechtzeitig zu erkennen. Dazu gehörten unter anderem Erschöpfungsgefühle, bestimmte körperliche Beschwerden und Schlafstörungen – ein Zustand, der oft als „burnout“ bezeich-



Domprediger Volker Mischok (l.) und Gemeindemitarbeiterin Gerlinde Haker begrüßten Professor Andreas Brooks.

Foto: Klawitter

chnet werde, so der Ärztliche Direktor der Schweriner Carl-Friedrich-Flemming-Klinik. Gerade in dieser Phase gebe es noch Möglichkeiten zum Gegensteuern. Sport und regelmäßige Bewegung seien hilfreich, aber auch alle anderen Maßnahmen, die sich positiv auf

die körperliche Fitness auswirken und einen Ausgleich zu psychischen Belastungen im Beruf oder in der Familie darstellten.

„Verdrängung und Vermeidungsverhalten helfen nicht weiter“, betonte Prof. Brooks. Menschen mit einer Beziehung zum Glauben seien an dieser

Stelle im Vorteil, weil sie auch geistliche Ressourcen zur Bewältigung von belastenden Erlebnissen oder Problemen nutzen könnten.

Bei anhaltenden Beschwerden sollten Betroffene allerdings ihren Hausarzt oder einen Facharzt für Psychiatrie und Psycho-

therapie aufsuchen, so der Experte. Prof. Brooks stellte den zahlreichen Zuhörern in der Thomaskapelle dann auch die am besten bewährten medikamentösen und psychotherapeutischen Behandlungsmöglichkeiten vor. Intensiver noch als durch einen niedergelassenen Arzt könne eine Depression in einer Klinik oder Tagesklinik behandelt werden. Dort stünden auch andere Behandlungsmethoden zur Verfügung, wie etwa die Lichttherapie, der Schlafentzug oder die Elektrokampftherapie.

Das Schweriner Bündnis gegen Depression gibt es seit rund einem Jahr. Mehrere Institutionen haben sich darin zusammengeschlossen, um über die Krankheit zu informieren. Am 5. Dezember um 17 Uhr referiert Uwe Ahrendt, Oberarzt an der Fleming-Klinik, in der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen (KISS) am Spieltordamm 9 über das Arzt-Patient-Gespräch.