

22.12.04

Allgäu-Rundschau



Referenten der „Kemptener Initiative Depression“ diskutierten in Kleingruppen mit Volontären unserer Zeitung über die Themen Depression und Suizid. Im oberen Bild: Links Pfarrer Helmut Gößler, Vorsitzender der Kemptener Initiative Depression, und rechts Dr. Hans Peter Fischer, Facharzt für Psychiatrie. Im unteren Bild: Dritter von links Dr. Endrik Marischka, Leiter des Sozialpsychiatrischen Dienstes Kempten, rechts Monika Rohlmann, Journalistin und Koordinatorin der Kemptener Initiative Depression. Fotos: Matthias Becker



Depressionen: So alt wie die Menschheit selbst

Kemptener Initiative räumt mit zahlreichen Vorurteilen auf

Von Michaela Behr

Kempten
In Deutschland leiden rund vier Millionen Menschen an einer Depression. Was viele nicht wissen: Depressionen lassen sich in der Regel gut behandeln. Dennoch suchen nur 30 bis 35 Prozent der Betroffenen einen Arzt auf. Die Rate derer, die wirkungsvoll behandelt werden, liegt bei sechs bis neun Prozent. Ein Seminar für Volontäre unserer Zeitung war ganz dem Thema „Depression und Suizid“ gewidmet. Vertreter der „Kemptener Initiative Depression“ beleuchteten psychologische und medizinische Aspekte.

Zahlreiche Vorurteile kursieren laut Dr. Hans Peter Fischer, Facharzt für Psychiatrie. Etwa: Eine Depression sei keine richtige Krankheit. Sie sei auf persönliches Versagen zurückzuführen. Alles Unsinn, zeigte sich im Gespräch mit den Referenten.

Depressionen können laut Fischer sowohl psychische als auch körperliche Ursachen haben: Frühkindliche Erfahrungen, biologische Faktoren, wie etwa eine Stoffwechselstörung,

oder aber eine besondere Belastung wie der Verlust einer geliebten Person.

Nicht jeder, der an einer Depression erkrankt, leidet unter den selben Symptomen. „Aber dennoch muss man kein Arzt sein, um zu erkennen, ob eventuell eine Depression vorliegt“, sagt der Facharzt. Fehlender Antrieb, Gefühlslosigkeit, innere Unruhe, Schuldgefühle oder verminderte Konzentrationsfähigkeit seien psychische Anzeichen. Oft käme es aber auch zu körperlichen Reaktionen wie einer Gewichtsabnahme, Schlafstörungen, einem Engegefühl in Hals oder Brust oder fehlendem Interesse an Sexualität.

Besteht der Verdacht, dass ein Bekannter oder Verwandter an einer Depression erkrankt ist, so empfiehlt Fischer vor allem, einen Facharzt aufzusuchen. Darüber hinaus sei es im Umgang mit dem Erkrankten wichtig, ihn nicht allein zu lassen und ihn offensiv auf das Thema anzusprechen: „Aussprechen entlastet und weckt keine schlafenden Hunde“, sagt Dr. Albrecht Egetmeyer, Leiter des Bezirkskrankenhauses Kempten.

Behandelbar sind akute Depressionen laut Fischer in 90 Prozent der Fälle. Und zwar sowohl mit medikamentöser Therapie als auch mit psychotherapeutischen Verfahren. Fälschlich werde häufig angenommen, dass Antidepressiva abhängig machen und die Persönlichkeit verändern. Beides stimme nicht, so der Facharzt. Zudem betonte Albrecht Egetmeyer, dass Depressionen keine Erscheinung der Industrie-Gesellschaft seien: „Die Krankheit ist so alt wie die Menschheit selbst. Es gab sie über die ganze Geschichte und alle Kulturen hinweg.“ Wird eine Depression nicht erkannt, so kann sie zur Gefährdung des Patienten, im schlimmsten Fall bis zur Selbsttötung führen. Pro Jahr begehen in

Hilfe bei Depressionen

Bezirkskrankenhaus Kempten:
Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie,
Tel. 0831/54026-0

Klinik für Kinder und Jugendpsychiatrie:
Tel. 0831/52339-0

Sozialpsychiatrischer Dienst der Diakonie:
Tel. 0831/54059-22

Selbsthilfe- und Angehörigengruppen:
Tel. 0831/54059-22

Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen:
Tel. 0831/23636

Kemptener Initiative Depression:
Tel. 0831/5656045

Grafik: M. Boxler

Vergleich: 5500 kommen im Straßenverkehr um. Die Zahl der Suizidversuche liegt bei rund 100 000, die Dunkelziffer weit höher.

Auch in Hinblick auf Suizid räumte Egetmeyer mit Vorurteilen auf. Falsch sei etwa: Wer von Suizid rede, begehe ihn nicht. Vielmehr würden acht von zehn Menschen, die Suizid begehen wollen, unmittelbar von ihren Absichten sprechen. Auch zahlreiche Zeichen oder Handlungen kündigten die Absicht an. Falsch sei ferner, dass Suizid erblich oder ein „Familienübel“ sei. Und dass bestimmte soziale Gruppen verstärkt Suizid begingen. „Er kommt in allen Bevölkerungsschichten vor. Aber es gibt immer Lösungen und Hilfsmöglichkeiten.“

Zitat

„Depressionen können einen Menschen völlig unvorbereitet aus heiterem Himmel treffen. In 90 Prozent aller Fälle sind akute Depressionen jedoch behandelbar.“



Dr. Hans Peter Fischer, Facharzt für Psychiatrie

Zitat

„Die Krankheit Depression ist immer noch mit einem ganzen Sack an Vorurteilen behaftet. Wichtig ist: Wir dürfen das Thema nicht tabuisieren.“



Dr. Albrecht Egetmeyer, Leiter des Bezirkskrankenhauses Kempten