



Memmingen (mori). „Die Behandlung bei Depressionen braucht Zeit und Geduld.“ Zwei Faktoren, die nicht nur von dem Erkrankten gefordert werden, sondern ebenso von den Angehörigen. Sie sollten auch schon beim Erstkontakt in das Gespräch mit dem behandelnden Arzt einbezogen werden, auf ihre Rückmeldung nämlich verlässt sich der Therapeut bei einer Verschlechterung seines Patienten. Für die Angehörigen ist das Zusammenleben mit einem depressiven Menschen nicht einfach. „Das Familienklima wird herunter-gezogen“, brach Angelika Vogler-Semmler bei der jüngsten Veranstaltung der Vortragsreihe von VHS und Bündnis gegen Depression Memmingen-Unterallgäu e.V. eine Lanze für die Situation der Angehörigen, Freunde und Arbeitskollegen. „Wenn Sie es schaffen, bei diesen negativen Gedanken und Stimmungen Ihren Optimismus zu bewahren, haben Sie schon sehr viel gewonnen.“

Vor einem vollbesetzten Saal im Haus des Gastes in Bad Grönenbach sprach die Diplom-Psychologin zu dem Thema „Depression – ein Schatten über der Familie“. Immerhin ist diese unmittelbar als nächste betroffen. „Es bedarf einer großen Balance zwischen Nähe und Distanz.“ Wichtig sei für die Angehörigen, dass sie sich selbst hin und wieder eine „Auszeit“ gönnen würden, um nicht selbst krank zu werden.



Vor den Ausführungen von Angelika Vogler Semmler hatte Dr. Andreas Küthmann, Ärztlicher Direktor der psychiatrischen Klinik am Klinikum Memmingen und Vorsitzender vom regionalen Bündnis gegen Depression, eine allgemeine Einführung zur Krankheit „Depression“ gegeben. Er informierte über das Zusammenwirken von Körper, Seele und Verhaltensweisen bei dieser Erkrankung.

„Angehörige müssen wissen: Depression ist eine echte Erkrankung“, so die Psychologin und Leiterin des Sozialpsychiatrischen Dienstes in Memmingen. „Das Familienmitglied simuliert nicht. Depression hat ein echtes Nicht-Können zur Folge.“ Ungünstig sei es auch, dem Kranken sein „Wohlsein einreden zu wollen“. „In dieser Phase der Erkrankung kann der Depressive auch keine Entscheidung treffen – egal ob zum Arbeitsplatz, zur Lebensgestaltung, Trennung“, machte die Referentin deutlich.

Selbstzweifel, Hilflosigkeit, Wut, Schuldigfühlen – das seien Themen, mit denen sich der Angehörige auseinandersetze. „Es gibt da keine Schuldzuweisung. Als Angehöriger handeln sie immer in bester Absicht.“



„Aussagen wie „Ich bin ja sowieso nur eine Last.“ Oder „Ihr seid besser dran ohne mich“ seien erste Anzeichen für Suizidgedanken. „Sprechen Sie den Kranken offen darauf an.“

Die anschließende Diskussion mit den Zuhörern ließ sehr deutlich die Betroffenheit der Angehörigen spürbar werden. Sie zeigte aber auch, dass mit dem Thema in der Öffentlichkeit bereits offener umgegangen wird.

* Die nächste Veranstaltung im Rahmen des Bündnisses gegen Depression Memmingen-Unterallgäu e.V. ist ein Liederabend mit Walter Spira im PIK in Memmingen am 10. Mai um 20 Uhr. Am Wochenende drauf ist das regionale Bündnis bei den Gesundheitstagen in Bad Grönenbach mit einem Info-Stand präsent.