

münchener
bündnis
gegen

DEPRESSION

DEPRESSION KANN JEDEN TREFFEN

Geschätzte vier Millionen Menschen in Deutschland leiden an Depressionen. Eine sichere Diagnose ist wichtig, damit die Patienten erfolgreich behandelt werden können. Das Münchner Bündnis gegen Depression e. V. hat sich zum Ziel gesetzt, die gesundheitliche Situation der betroffenen Menschen zu verbessern und das Wissen über die Krankheit in der Bevölkerung zu erweitern.

Die Initiative will Patienten, Angehörige und professionelle Helfer deshalb besser vernetzen. PROFUND sprach mit dem Gründer und Vereinsvorsitzenden Dr. med. Joachim Hein und der Geschäftsführerin Rita Schäfer.

Herr Dr. Hein, Depressionen gelten als Volkskrankheit. Etwa zwanzig Prozent der Bevölkerung sind im Laufe ihres Lebens davon betroffen. Es gibt Medikamente, Therapien, Ärzte, Psychotherapeuten, Krankenhäuser und Selbsthilfegruppen. Wie kommt es, dass immer noch Defizite in der Versorgung beklagt werden?

Dr. Hein: Das Problem liegt meiner Meinung nach vor allem in der Zersplitterung der vielen Angebote. Dies war auch der Anlass für die Gründung des Nürnberger Bündnisses gegen Depression als breit angelegtes Forschungsprojekt mit großzügiger Hilfe des Bundesministeriums für Bildung und Forschung vor acht Jahren. Nach der Evaluation des Projekts war klar: Gemeinsam handeln hilft den Betroffenen. Beispielsweise ging dort die Rate der suizidalen Handlungen signifikant zurück. In Folge dieses Modellprojekts versuchten engagierte Mitstreiter in vielen Städten Deutschlands Bünd-

nisse gegen Depression zu schmieden. Mittlerweile gibt es etwa fünfzig Gruppen. Unsere Münchner Initiative startete vor zwei Jahren, als Verein gibt es uns seit Mai 2008.

Werden Sie auch vom Bundesministerium bezuschusst?

Rita Schäfer: Nein, wir backen hier viel kleinere Brötchen. Das Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München unterstützt uns seit Ende letzten Jahres mit einem Zuschuss für eineinhalb Personalstellen und Sachkosten. Ansonsten finanzieren wir uns über Spenden und Mitgliedsbeiträge. Wir sind also niemandem weisungsgebunden und wollen uns auch nicht in die Abhängigkeit etwa von Pharmafirmen begeben.

„Wir wollen uns in keine Schublade stecken lassen. Das Bündnis muss sich als unabhängiger Netzwerker etablieren.“

Wer sind Ihre Mitglieder?

Rita Schäfer: Neben Betroffenen und Angehörigen sind es professionelle Helfer wie Therapeuten oder Berater, aber auch Institutionen wie

etwa Krankenhäuser oder Verbände. Inzwischen haben wir fast hundert Mitglieder.

Das Thema Depression ist ein sehr weites Feld. Welchen Schwerpunkt haben Sie sich mit Ihren knappen Mitteln gesetzt?

Dr. Hein: Sie haben Recht, man darf sich da nicht verzetteln, sondern muss den Fokus ganz klar auf einzelne Themen lenken. Zunächst sammeln wir die vorhandenen Angebote, um eine Art Wegweiser für all diejenigen zu erstellen, die nach Hilfe für sich selbst, für Angehörige oder Klienten suchen. Daneben wenden wir uns an die breite Öffentlichkeit und an Multiplikatoren wie zum Beispiel Lehrer, Pflegekräfte, Seelsorger.

Aber auch an niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten?

Rita Schäfer: Selbstverständlich! Diese Zielgruppe liegt uns sehr am Herzen, da Patienten sich in der Regel dorthin als erstes wenden. Deshalb haben wir auch spezielle Materialien für die Arzt- oder Psychotherapeutenpraxis entworfen, mit denen die Niedergelassenen ihre Patienten auf die verschiedenen Hilfsangebote hinweisen können. Wir



haben mittlerweile aber auch andere Anknüpfungspunkte: Auf einer Delegiertenversammlung des Ärztlichen Kreis- und Bezirksverbands München zum Thema Depression können wir unser Projekt vorstellen. Generell hoffen wir, dass sich viele weitere Schnittstellen ergeben und wir über den psychiatrischen und psychotherapeutischen Bereich hinaus die Aufmerksamkeit für die Krankheit auch in anderen ärztlichen Fachbereichen erhöhen können.

Sie planen für dieses Jahr auch ein sehr ambitioniertes Projekt.

Dr. Hein: Das ist wahr. Vom 5. bis 11. Oktober findet das erste Mal in München die „Woche für Seelische Gesundheit“ statt. An vielen Orten in München und Umgebung wollen wir mit verschiedenen Aktionen wie Lesungen, Vorträgen, Theaterstücken und Filmvorführungen eine breite Öffentlichkeit erreichen.

„Ein allein schulmedizinischer Zugang wird dem Phänomen Depression nicht gerecht. Die gesellschaftliche Dimension der Krankheit bringt eingefahrene Weltbilder ins Wanken.“

Ein Initiatorenkreis von zwanzig Personen leistet bereits enorme Vorarbeit, aber wir suchen natürlich noch viele weitere Helfer mit kreativen Ideen. Denn es soll ja die Wiedererlangung oder Bewahrung der seelischen Ge-

sundheit und nicht die Krankheit im Vordergrund stehen. Es soll ein buntes Programm werden, das über den psychosozialen Bereich weit in unsere Gesellschaft hineinreicht. Unter www.woche-seelische-gesundheit.de findet man ab Ende April nähere Informationen.

Darüber hinaus haben Sie aber sicher Pläne für die weitere Zukunft.

Rita Schäfer: Wir haben bereits einen gut besuchten Arbeitskreis zu Depression bei Kindern und Jugendlichen. Weitere Arbeitskreise wie beispielsweise zu Depressionen im Alter oder Depression und Migrationshintergrund könnten folgen, wobei wir ein organisches Wachstum anstreben und die erreichten Ziele immer erst konsolidieren wollen.

Frau Schäfer, Herr Dr. Hein, wir danken für das Gespräch!

Interview Markus Kreikle (KVB)

Dr. med. Joachim Hein, Initiator und Vorstandsvorsitzender

Von 1987 bis 1995 Studium der Medizin, von 1996 bis 2002 wissenschaftliche Mitarbeit an der Universität Ulm, der Ludwig-Maximilians-Universität München und der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg. Intensive Auseinandersetzung mit Depressionen und ihren sozialen Folgen nach eigener Erkrankung. Seit 2002 in der Selbsthilfe engagiert, seit 2008 erster Vorsitzender beim Münchner Bündnis gegen Depression e. V.

Rita Schäfer, Geschäftsführerin

Nach dem Studium der Kommunikationswissenschaften, Psychologie und Politik ab 2003 Wissenschaftliche Mitarbeiterin beim „Kompetenznetz Depression, Suizidalität“. Seit 2008 Geschäftsführerin beim Münchner Bündnis gegen Depression.

Kontakt

Münchner Bündnis gegen Depression e. V.
c/o Selbsthilfzentrum München
Westendstraße 68
80339 München

Telefon 0 89 / 54 04 51 – 20
E-Mail
muenchen@buendnis-depression.de
Internet
www.buendnis-depression.de/muenchen

Materialien wie Flyer oder Broschüren für Patienten und ihre Angehörigen zur Auslage in der Praxis finden Sie auf der Internetseite zum Bestellen.