



Depression im Alter

Memmingen (mori). Gerade ältere Menschen leiden oft unter dem Alleinsein. Hat das schon etwas mit Depressionen zu tun? Im Alter nehmen auch körperliche Beschwerden zu – können sie Ausdruck einer Depression sein? Was lässt sich im Alter tun, um nicht depressiv zu werden? - Ausführlich zu dem Thema „Depression im Alter“ nahm jetzt die Informationsveranstaltung im Caroline-Rheineck-Haus, dem Zentrum der Altenhilfe im Diakonischen Werk Memmingen, Stellung. „Die Depression im Alter ist nicht zu unterschätzen“, appellierte dabei Angelika Vogler-Semmler Leiterin des Sozialpsychiatrischen Dienstes Memmingen und Vorstandsmitglied im Bündnis gegen Depression Memmingen-Unterallgäu e.V.

Rund 50 Besucher, Angehörige aber ebenso Pflegende interessierten sich für die Thematik, wie Irene Richter von der KASA im Diakonischen Werk, bei der Begrüßung bemerkte. Referent Dr. Thorsten Mazumdar gab zunächst einige Details und Symptome zu der Erkrankung bekannt. So leiden etwa nach wie vor rund vier Millionen Menschen in der Bundesrepublik an dieser Krankheit. Während junge Frauen häufiger einen Suizid versuchen, vollziehen gerade



ältere Männer diesen. „Sogar bis ins hohe Alter“, wusste der Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie am Bezirkskrankenhaus in Memmingen.

Als Merkmale einer Depression zählte Mazumdar auf: Antriebsschwäche, Freudlosigkeit, keinen Appetit, Schlafstörungen. „Hinzu kommt, besonders im Alter werden Depressionen oft von körperlichen Beschwerden überlappt.“ Angehörige oder überhaupt Bezugspersonen sollten entsprechende Bedenken auf jeden Fall beim behandelnden Arzt kundtun. Besonders wichtig sei es, Suizidgedanken ernst zu nehmen. „Sie sollten unbedingt versuchen, das dann auch anzusprechen“, bedeutete der Experte.

Doch soweit muss es gar nicht erst kommen. Mit einer angenehmen Atmosphäre, hellen Räumen, Musik, Düften, Pflanzen, mit Bewegung und guten Gesprächen kann eine depressive Verstimmung in vielen Fällen geblockt werden, klärte Slavica Tillich, Pflegeleiterin im Rheineck-Haus, auf. Abgesehen davon lässt sich so eine Erkrankung - je frühzeitiger erkannt - mit Medikamenten und einer gleichzeitigen Psychotherapie am besten behandeln. In diesem Zusammenhang machte Richard Moser, Leiter der ambulanten Pflegedienste der Diakonie,



darauf aufmerksam, dass häusliche Pflege, Kurzzeitpflege, und Tagespflege hier Angehörige enorm entlasten können.

In der anschließenden Diskussion kamen die Besucher mit individuellen Fragen auf den Referent zu. So wollte eine junge Frau wissen, was sie tun muss, wenn sie eine Depression bei einem Elternteil vermutet. „Besprechen Sie dies aktiv mit dem Hausarzt, dieser hat auch die Möglichkeit einen Facharzt hinzu zu ziehen“, entgegnete Mazumdar.