

Raus aus dem Stimmungstief

Bündnis gegen Depression in Nordhessen gegründet

Von HEIDI RÜHLMANN

■ **Schwalm-Eder.** Depression ist die am häufigsten vorkommende psychische Erkrankung. Trotzdem wird sie von Betroffenen und Hausärzten als solche oft nicht erkannt. Erschöpfung, Schlafstörungen, Ängste oder Konzentrationschwächen gelten fast als „normal“ in unserem stressigen Alltag, nur die wenigsten erkennen darin Symptome für eine Depression.

Die meisten Erkrankten versuchen verzweifelt zu funktionieren wie gewohnt ihr

sion ist behandelbar. Legt man die Zahlen der Gesundheitsberichterstattung des Bundes zu Grunde, sind in Nordhessen zurzeit rund

„ Hält die Verstimmung länger als zwei Wochen an, sollte man den Hausarzt aufsuchen (Dr. Manfred Schäfer) “

50.000 Menschen an Depression erkrankt. Davon machen jedes Jahr etwa 60 als Folge von Depression mit ihrem Leben Schluss. Tragisch, denn ihnen hätte geholfen werden können. Um der Volkskrankheit unserer Tage wirksamer zu begegnen, hat sich kürzlich ein „Bündnis gegen Depression in Nordhessen“ gegründet.

Der gemeinnützige Verein will über das Krankheitsbild informieren, die Depression ent-

tabuisieren und die Diagnostik verbessern. Mitglieder sind sowohl professionelle Helfer, als auch Betroffene, Angehörige oder Selbsthilfegruppen. Als Vorstand und wissenschaftlicher Beirat fungieren die Stadt Kassel

und die Nordhessischen Landkreise Kassel, Schwalm-Eder und Werra-Meißner. Vorsitzender ist Dr. med. Manfred Schäfer, Chefarzt der Hardtwaldklinik II in Bad Zwesten. „Unser erster Kampagnenschwerpunkt ist Depression am Arbeitsplatz“, berichtet Dr. Schäfer, der zurzeit, zusammen mit dem Vorstand, eine Auftaktveranstaltung vorbereitet, die demnächst in Kassel stattfinden wird. Dabei soll vor allem das Interesse nordhessischer Betriebe für das Thema geweckt werden. 132.000 Fehltage und indirekte Krankheitskosten von schätzungsweise 36 Mio. Euro pro Jahr, dürften Grund genug für die nordhessische Wirtschaft sein, sich mit der Depression auseinanderzusetzen.

Es kann jeden treffen

Depression kann jeden treffen. Belastende Lebensumstände, Verlust des Lebenspartners oder das hormonelle



Nicht verzweifeln: Depression ist behandelbar.

Symptome ernst nimmt und bereit ist, Hilfe anzunehmen“. Ist die Krankheit erst einmal diagnostiziert, gibt es viele Behandlungsmöglichkeiten. Neben Psychotherapie kommt auch eine medikamentöse Behandlung in Betracht. „Moderne Psychopharmaka machen nicht abhängig, sie können aber sehr hilfreich sein“, erklärt Dr. Schäfer.

In schweren Fällen kann nur noch die Einweisung in einer Fachklinik helfen. Hier erfahren die Patienten Entlastung und Unterstützung, können gemeinsam mit Ärzten und Therapeuten die Hintergründe ihrer Krankheit ausloten und neue Verhaltensweisen für die Zeit danach erlernen. Die Begegnung mit sich selbst bleibt einem allerdings nicht erspart.



Will Mut machen und aufklären: Dr. med. Manfred Schäfer, Chefarzt der Hardtwaldklinik II.

Foto: Rühlmann

Leid vor anderen zu verbergen. Was wenig hilft, denn der soziale Rückzug verschärft die Depression sogar noch. Am Ende sehen viele nur noch einen Ausweg: Selbstmord. Doch soweit muss es nicht kommen, denn Depres-

Kaminstudio AREND
Bausatzpreise + Grundausstattung

<p>2.095,- 1.124,- €</p> <p>Kaminofen Hark 23 A mit echten Ofenkacheln</p>	<p>2.995,- 2.050,- €</p> <p>Kaminofen Hark 17 F Dauerbrand mit Automatik und echten Ofenkacheln</p>
--	---

Schwalmstadt-Trutzhain
Hauptstr. 3, Tel. (06691) 50256

Durcheinander, beispielsweise in den Wechseljahren, können Auslöser sein. „Nicht jedes schlechte Gefühl ist gleich Depression. Hält die Verstimmung aber länger als zwei Wochen an, sollte man den Hausarzt aufsuchen“, rät der Chefarzt der Hardtwaldklinik II, „wichtig ist, dass man die