

Dieser Abend sollte den Menschen Mut machen

Auftaktveranstaltung für das „Bündnis gegen Depression“ – Prof. Martin Hautzinger: „Das Thema aus der Schmutzdecke holen“

Wiesloch. (zlb) „Sind Sie seit mindestens zwei Wochen nahezu durchgängig niedergeschlagen oder traurig? Haben Sie zu nichts mehr Lust? Haben Sie keine Freude mehr an Dingen, die Ihnen bisher Spaß gemacht haben?“ Wenn noch Konzentrationsstörungen, fehlendes Selbstwertgefühl, Magenprobleme, Schlaf- und Appetitstörungen oder gar der Wunsch, lieber tot zu sein, hinzu kommen, dann liegt der Verdacht nahe, dass der Betroffene an einer Depression leidet. „Sie ist gegenwärtig eines der größten Lebenszeit-Risiken“, sagte Prof. Martin Hautzinger (Universität Tübingen) in seinem Vortrag anlässlich der Auftaktveranstaltung zum jetzt gegründeten „Bündnis gegen Depression Rhein-Neckar-Süd“ im Ratsaal der Wieslocher Rathauses.

Prof. Hautzinger beleuchtete das Thema aus Sicht der Wissenschaft und hatte eindrucksvolle statistische Details mitgebracht. Demnach erkrankten an Depression deutlich mehr Frauen als Männer, und die Betroffenen machen in immer jüngerem Alter ihre erste depressive Phase durch. Depression ist sehr oft der Auslöser für einen Selbstmord oder einen Selbstmordversuch. Und wenn man bedenkt, dass die Suizidrate in Deutschland bei rund 11 000 im Jahr liegt und die Zahl der Verkehrstoten „nur“ bei 4600, und das bei abnehmender Tendenz, dann wird klar, wie groß der Handlungsbedarf ist.

Die Hilfen sollen gebündelt ...

Zumal, wie Prof. Hautzinger sagte, die Folgeschäden einer Depressions-Erkrankung auf der Hand liegen: Fehlzeiten am Arbeitsplatz, soziale Isolation, Frühverrentung, Partnerkonflikte und eine mit all dem einhergehende deutlich eingeschränkte Lebensqualität. Die in vielen Regionen Deutschlands und im europäischen Ausland schon heute existierenden „Bündnisse gegen Depression“ wollen hier gezielt gegensteuern: Durch die Zusammenarbeit unterschiedlichster Institutionen, die mit der Versorgung depressiv erkrankter Menschen befasst sind. Dazu gehören unter anderem Kliniken, niedergelassene Ärzte und Therapeuten, soziale Einrichtungen, Krankenkassen und Versicherungen, Selbsthilfe- und Angehörigengruppen, Gesundheitsamt und Polizei.

Die Vorgehensweise orientiert sich am äußerst erfolgreichen Modellversuch in Nürnberg, durch den vor acht Jahren das Projekt angestoßen wurde. Schwerpunkte eines Vier-Ebenen-Programms waren die Kooperation mit Hausärzten und deren Fortbildung, eine breite Aufklärung der Öffentlichkeit, die Zusammenarbeit



Das regionale Bündnis gegen Depression erlebte jetzt seinen offiziellen Auftakt, von links: Horst Giesler, OB Franz Schaidhammer, Ursula Zingler, OB Dr. René Pörtl (Schwetzingen), Dr. Olivier Elmer und Prof. Martin Hautzinger. Dass das Thema auf großes Interesse stößt, zeigte der Besucherandrang: Wieslochs Ratsaal war mit Publikum voll besetzt. Fotos: Pfeifer

mit „Multiplikatoren“ (Pfarrern, Lehrern, Pflegekräften), und schließlich Hilfsangebote für Betroffene und Angehörige. „Das Thema Depression aus der Schmutzdecke zu holen“, die Stigmatisierung der Betroffenen zu beenden, die Hilfen für Betroffene und Angehörige zu bündeln und zu intensivieren: Dies seien die Ziele des nun gestarteten „Bündnisses gegen Depression Rhein-Neckar-Süd“, sagte Hautzinger am Schluss seiner Ausführungen.

„Hoffnung wecken, Mut machen: Er-

folgreiche Wege aus der Depression“, darüber sprach Ursula Zingler, die Landesvorsitzende der „Psychiatrie-Erfahrenen Baden-Württemberg“. Als ehemalige Patientin weiß sie: „Alle Depressiven scheuen Konflikte. Sie sind harmoniebedürftig, wollen es allen recht machen, stellen zu hohe Ansprüche an sich selbst.“

Wenn dann der seelische Zusammenbruch eintritt, braucht der Erkrankte Ermutigung, um gegenzusteuern: „Räumen Sie niemandem Macht über sich ein! Lernen Sie, Nein zu sagen, denken Sie posi-

tiv, und machen Sie sich klar: Ob es Ihnen gut geht oder nicht, hängt allein von Ihnen ab.“ Selbsthilfegruppen unter Mitarbeit von Psychiatrie-Erfahrenen könnten hier wertvolle Hilfe leisten, was noch zu wenig anerkannt werde, so Ursula Zingler.

Ebenfalls aus persönlicher Erfahrung – der eines Angehörigen – sprach Horst Giesler, der Vorsitzende der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen/Bündnis gegen Depression in Nordhessen. Nach seiner Überzeugung sollte im Kampf gegen Depression dem „Trialogischen Gedanken“ mehr Raum gegeben werden: Ärztliche Experten, Angehörige und Betroffene sollten zusammenwirken, wobei die Führung selbstverständlich beim Behandler bleiben müsse, so Giesler. An die Angehörigen, zu denen sich auch gute Freunde und Kollegen rechnen könnten, appellierte Giesler, sich stets aktuell über die Krankheit zu informieren, dem Betroffenen Mut zu machen, auf Vorwürfe zu verzichten und seinen Weg auf der Grundlage von wertschätzendem Vertrauen mitzugehen.

... und intensiviert werden

Die Moderation dieser sehr gut besuchten Veranstaltung – es mussten viele zusätzliche Stühle herbeigeht werden – hatte Dr. Olivier Elmer vom Psychiatrischen Zentrum Nordbaden. Als Koordinator des Bündnisses für den südlichen Rhein-Neckar-Raum wies er darauf hin, dass Depression jeden treffen könne. Sie sei heute gut behandelbar, wobei es auch darauf ankomme, Experten, Betroffene und Angehörige ins Gespräch zu bringen. Dr. Elmer dankte den Oberbürgermeistern von Schwetzingen und Wiesloch, Dr. René Pörtl und Franz Schaidhammer, für ihre Bereitschaft, die Schirmherrschaft des Bündnisses zu übernehmen.

In seinem Grußwort sagte Schaidhammer: „Eine der Ursachen für die zunehmende Zahl der an Depression Erkrankten ist sicher auch die Überforderung durch unsere schnelllebige Welt.“ Auch im Namen seines Kollegen wünschte er dem Bündnis „von Herzen viel Erfolg“. Eine „Klang-Improvisation“, dargeboten von Karl-Heinz Kersjes und Rudolf Merkel, umrahmte die Veranstaltung, die durch die Bereitstellung von umfangreichem Info-Material im Foyer des Rathauses ergänzt wurde.

Info: Die erste öffentliche Veranstaltung des „Bündnisses gegen Depression Rhein-Neckar-Süd“ findet am 20. Mai von 14 bis 16.15 Uhr in der Festhalle des Psychiatrischen Zentrums statt. Thema: „Alle reden von Demenz – wo bleiben die Depressiven?“