



## X

Bad Grönenbach (mori). „Hilfen sind möglich.“ Diese Kernaussage prägte sich bei den rund 80 Besuchern im Haus des Gastes nachhaltig ein, nachdem sie die Ausführungen von Hartmut Oberdieck zur „Volkskrankheit Depression“ vernommen hatten. Der Leitende Oberarzt an der Klinik für Psychosomatische Medizin Bad Grönenbach und Vorstandsmitglied im Bündnis gegen Depression Memmingen-Unterallgäu e.V. hatte in seinem Vortrag über die Entstehung, Symptomatik und Behandlung dieser Erkrankung gesprochen. Oberdieck nannte die Krankheit einen „Wundbrand der Seele“, der nicht nur dem Betroffenen selbst zu schaffen mache, sondern darüber hinaus auch Familie, Freunde, Arbeitsumfeld mit einbeziehe.

Die genannten Zahlen schockierten in ihrer Größenordnung: jede 4. Frau und jeder achte Mann erkranken im Laufe ihres Lebens an einer Depression. Wird diese nicht erkannt und behandelt, kann das Folgen bis zum Suizid haben. In der Bundesrepublik nehmen sich jährlich rund 11 000 Menschen das Leben – „das sind mehr Tote durch Suizid als durch Verkehrsunfälle“, machte der Referent auf die Gefahren dieser Erkrankung aufmerksam.

„Depression ist subjektiv eine der am schwersten zu ertragenden Krankheiten“, so Oberdieck zum Auditorium. „Denn sie trifft den ganzen Menschen – und damit sind auch Angehörige oftmals überfordert.“ Wichtig war auch seine Aussage: „Depression ist eine unverschuldete Krankheit.“ Und die gute Nachricht: „Mehr als 90 Prozent der Erkrankten können mit konsequenter Behandlung im Rahmen der Psychotherapie und unterstützenden Pharmakologie genesen.“

Als Symptome nannte der Facharzt unter anderem Schlaflosigkeit, Appetitlosigkeit, Gefühllosigkeit. „Stell Dich nicht so an“ sei von Grund auf der falsche Ratschlag für diese Menschen. Es gehe nämlich nicht um ein „nicht wollen“, sondern um ein „nicht können“. „Jede Depression ist Stress“, so Oberdieck weiter. Ausgelöst werden kann sie übrigens durch mehrere Zusammenhänge – eine genetische Disposition, Verletzungen und Zuwendungsmangel in der Kindheit, seelische oder körperliche Komponenten. „Der Zuwendungsmangel bezieht sich nicht nur auf die Kindheit, das ist ein Aspekt - wirksam ist dieser auch in



Beziehungen, auf der Arbeit, durch Arbeitsplatzverlust, durch Altwerden, Vereinsamen usw. Wenn dann noch eine erhöhte Verletzlichkeit besteht, ist es besonders schlimm“, erläuterte Oberdieck einen interessiert zuhörenden Auditorium.

„Früherkennung bietet die besten Chancen für eine Behandlung“, so der Referent. Leider, so musste er zugeben, sei es nicht immer leicht, gleich an die „richtige Adresse“ zu geraten, zumal sich die Wartezeiten bei den ambulanten Psychotherapeuten – auch in Memmingen und im Unterallgäu – teilweise auf Monate hinaus belaufen. „Vertrauen Sie sich Ihrem Hausarzt an“, riet Oberdieck.

- Nähere Informationen über Telefon/ Fax 0831/5656045. Spenden sind möglich auf das Konto 7323 bei der Raiffeisenbank Bad Grönenbach BLZ: 731 61455. Infos im Internet gibt es über: [www.kompetenznetz-depression.de](http://www.kompetenznetz-depression.de)
- Der nächste Vortrag findet am 3.12. in den Räumen der Versöhnungs-kirche in Memmingen statt. Beginn ist um 19 Uhr. Es geht um das Thema „Arbeit und Depression“.