

Joseph Ferstl: „Da kann oft mehr dahinter stecken“

Informationen über Depression als „ernsthafte, oft lebensgefährliche Erkrankung“ / Fachärztliche Behandlung nötig



Dr. Joseph Ferstl nimmt eine Spende von Martina Gröbl entgegen.

WAFFENBRUNN (crw). Was sind die ersten Anzeichen und Symptome bei Depression? Welche Folgen kann diese Erkrankung haben? Wie lässt sie sich behandeln? Antworten auf solche Fragen gab Dr. Josef Ferstl, der Leiter des Gesundheitsamtes, bei einem Vortrag vor Frauenbund- und KAB-Mitgliedern im Pfarrzentrum „Sankt Marien“.

Martina Größl vom Vorstand des Katholischen Frauenbundes freute sich, neben Pfarrer Gregor Zyznowski den KAB-Vorsitzenden Ludwig Schmaderer, eine stattliche Zahl interessierter Besucher sowie Josef Bucher, den Geschäftsführer der AOK, mit Ehefrau Gertraud begrüßen zu können.

Bündnis gegen Depression

Dr. Joseph Ferstl, tätig auch im Auftrag des Bündnisses gegen Depression, sagte, er sei stolz darauf, dass Cham die erste Kreisstadt sei, die das Bündnis schuf. Dieses arbeite in einem Aktionsprogramm, bestehend aus der Kooperation mit Hausärzten, dem sozialpsychiatrischen Dienst, mit Beratungsinstitutionen, Heimen und soziotherapeutischen Einrichtungen. Das Bündnis gegen Depression halte Hilfsangebote und Adressen im Landkreis Cham bereit, um allen Betroffenen Wege aus der Depression zu weisen, so Ferstl. Im Internet ist dieses Bündnis zu finden unter www.buendnis-depression.de

Was ist Depression?

Ausgehend von der Frage, was eine Depression ist, machte der Referent deutlich, dass bei der Depression öfter von einem „ganz gewöhnlichen Gemütszustand“ gesprochen werde, als von einer Phase der Entmutigung und Freudlosigkeit, wie sie im Alltag vorkommen könne. Im Gegensatz dazu sei die Depression im medizinischen Sinne eine „ernsthafte, oft le-

bensgefährliche Erkrankung“, die die Hilfe eines erfahrenen Arztes oder Psychologen erfordere.

Anhand von Beispielen machte Ferstl klar, welche Anzeichen darauf hindeuten, dass sich eine Depression entwickle, „die mehr ist als nur schlecht drauf zu sein“. Nicht selten kündige sie sich dadurch an, dass der Betroffene sich immer mehr aus seiner Umgebung zurückziehe.

In Deutschland gebe es rund vier Millionen depressiv Kranke, weltweit seien es zwei bis sieben Prozent. Das lasse erkennen, wie stark diese gefährliche Krankheit verbreitet sei, so der Referent. Allerdings würden lediglich zehn Prozent der Betroffenen angemessen behandelt. Der Grund dafür: Die Depression gelte weithin als etwas Negatives, über das man nicht spricht, so Ferstl. Fälschlicherweise

werde sie verdrängt und verschwiegen, „obwohl das Gegenteil viel nötiger wäre, um dem Betroffenen gezielt helfen zu können“.

Wie in einem dunklen Tunnel

Ferstl: „Es darf nicht sein, dass die Depression verkannt wird, sie ist oft mehr als nur ein Gedrückt-Sein, Traurigkeit und Verzagtheit. Da kann oft mehr dahinter stecken.“ Besonders dann, wenn der depressiv Kranke sich im Anfangsstadium der Erkrankung mit dem Vorwurf quäle, „ich bin schuldig und minderwertig, ich komme mir wie in einem dunklen Tunnel vor“. Viele depressiv Kranke hätten Angst davor, Psychopharmaka zu nehmen, weil sie glaubten, dass sich durch Antidepressiva ihre Persönlichkeit verändere.

Die Depression als psychiatrische

Erkrankung betreffe nicht nur das Denken, Fühlen und Wollen, vielmehr stellten sich auch Schäden im sozialen Bereich ein, körperliche Beschwerden machten sich bemerkbar.

Die Betroffenen bräuchten fachärztliche Hilfe, also psychiatrische Behandlung. Während der Normalbürger dem Betroffenen sagen würde „Komm, lass dich nicht hängen, geh' mit zum Volksfest!“, stelle ein Facharzt fest, dass dieses Mitreißen nichts bringe. Denn: „Der von der Major Depression Betroffene hat kein Gefühl mehr“, so Ferstl.

Die Folgen: Gewichtsabnahme, Schlafstörungen, Zurückziehen aus dem Umfeld, Verlust sozialer Kontakte, Antriebslosigkeit. 15 Prozent der schwer depressiv Erkrankten schieden durch Suizid aus dem Leben. „Darum ist in diesen ernstesten Fällen

unbedingt eine fachärztliche Behandlung notwendig“, betonte Ferstl.

Auch Schicksalsschläge können eine schwere Depressionen nach sich ziehen, zum Beispiel, wenn ein naher Angehöriger plötzlich stirbt oder die Anforderungen im Beruf den Betroffenen lähmen. Auf diese Weise könnten schwere Depressionen entstehen, wobei zwischen den Depressionsphasen Intervalle ohne Störung liegen können.

Appell für mehr Verständnis

Ein anderer Fall ist nach den Worten des Mediziners eine lebenslange Verstimmung „von weniger starker Depressionstiefe“. Eine dritte Variante sind „dipolare Verläufe“, bei denen nach einem Depressionstief in der Art einer Manie ein Hoch folgt, bei dem die Betroffenen unter einem hohen Aktivitätspotential stehen.

Der Referent legte großen Wert darauf, den Zuhörern zu vermitteln, dass sie jederzeit mit den auftretenden Einschränkungen der depressiv Erkrankten verständnisvoll umgehen sollten. Im mitfühlenden Umgang mit ihnen komme eine Sensibilität der Mitmenschen zum Ausdruck mit dem Ziel, Hilfe zu holen und so für den Depressiven eine Veränderung zum Guten herbeizuführen.

Erkrankung des Gehirns

Ferstl: „Es ist immer zu bedenken, dass bei der Depression eine Erkrankung des Gehirns vorliegt, das ebenso ein lebenswichtiges Organ des Körpers ist wie Herz, Lunge, Magen und Nieren.“ Auch der Betroffene selbst solle Einfühlungsvermögen und Verständnis für seinen Körper entwickeln, damit er sich um Rat und Hilfe bemühe, wenn sich das strapazierte Gehirn durch aufkommende depressive Anzeichen bemerkbar macht.

Martina Größl dankte dem Referenten für den informativen Vortrag und überreichte ihm eine Spende für die Arbeit des Chamer Bündnisses gegen Depression.