



Europäischer Depressionstag

Weshalb wird einem Krankheitsbild so viel Bedeutung beigemessen?

In Deutschland leiden nach Expertenschätzungen rund 4 Millionen Menschen unter einer Depression! „Doch nur 20 bis 25 Prozent der Betroffenen erhielten auch eine ausreichende Therapie“ sagt Detlef Dietrich, Arzt und Koordinator des Europäischen Depressionstages am 1. Oktober.

Um es gleich vorweg zu nehmen, bei einer Depression handelt es sich um eine psychische Erkrankung, die mit den richtigen medikamentösen und/oder nicht medikamentösen Maßnahmen behandelbar und heilbar ist. Nicht behandelt führt sie aber oft zur Vereinsamung der Erkrankten oder sogar zum Suizid.

Gekennzeichnet ist diese Erkrankung durch tiefe Traurigkeit, Erschöpfung, gesteigerte Ermüdbarkeit, Unlust, Freudlosigkeit, Interessenverlust, Gefühle von Schuld und Wertlosigkeit. Oftmals, besonders im Alter stehen aber körperliche Beschwerden, wie Kopfoder Rückenschmerzen, Herzschmerzen im Vordergrund. Man spricht von einer Somatisierung. Die Patienten suchen oftmals den Arzt auf.

Ursache und Auslöser kann neben einer genetischen Veranlagung, einem belasteten privaten Ereignis (Todesfall), einer Stoffwechselstörung im Gehirn auch eine berufliche Überlastung bzw. Dauerstress sein.

Da man aber an die Gefühle bei depressiven Patienten „nicht mehr herankommt“ ist das Erkennen sowohl für Arzt, als auch für den Patienten selbst nicht leicht. Es ist eine schleichende Erkrankung. Angehörige müssen lernen mit den Veränderungen des Familienmitgliedes umzugehen und gegebenenfalls gemeinsam den Arzt zu konsultieren.

Aber auch die Ärzte sind aufgefordert, bei Nennung der o.g. Beschwerden auch nach dem Gemütszustand des Betroffenen zu fragen. Cornelia Goesmann, Vorstand des Hausärzteverbandes Niedersachsen, geht davor aus, dass jeder elfte Patient in ihrem Wartezimmer kein körperliches, sondern ein seelisches Problem hat. „Viele sind heute eher bereit, dazu zu stehen, als noch vor 25 Jahren“ berichtet sie. Aber ein Arzt müsse nachfragen.

Eine Depression kann oft auch bipolar sein. Depressive Phasen werden durch Phasen einer der Situation nicht angepassten gehobenen Stimmung und einer Selbstüberschätzung abgelöst.

Diese Phasen wechseln sich ab.

Therapieziel ist die Vermeidung einer Eskalation und nach erfolgreicher Behandlung die Verhinderung von Rezidiven. Neben hochwertigen Arzneimitteln stehen eine psychotherapeutische Betreuung und physikalische Behandlungsmethoden im Vordergrund. Erfolg einer solchen Therapie ist meist die vollständige Heilung, dazu gehört aber das Vertrauen zum Arzt, der dann die richtige Diagnose stellen kann.