



Der Einführungsvortrag fand in der Cafeteria statt, in fünf kleineren Runden standen Fachärzte zu verschiedenen psychischen Erkrankungen Rede und Antwort.

Fotos (2): Silvia Rost

# Wenn die Seele krank ist: Depressionen erkennen

Zum Thema psychische Erkrankungen fand im Klinikum Bad Salzungen die mittlerweile 50. Veranstaltung der Reihe „Talk im Klinikum“ statt.

Bad Salzungen – „Psychiatrie – mal ganz anders“ sei etwas hochgestapelt, meinte Chefarzt Dr. Jochen Ostermann in seinen einführenden Worten vor einem rund 60-köpfigen Publikum. Die Themen der Psychiatrie haben sich nicht verändert – jedoch habe man für das Thema eine etwas andere Form der Veranstaltung gewählt. Nicht wie gewohnt vor großer Kulisse in der Cafeteria, sondern in kleinen Gruppen wurden spezielle seelische Erkrankungen vorgestellt und Fragen beantwortet. In fünf verschiedenen Gruppen gaben Fachärzte für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik interessierten Besuchern zu den Themen Angst, Depression, Demenz, Sucht und Psychosen einen kurzen Überblick und standen für Fragen zur Verfügung.

Rund ein Drittel der Besucher hat sich für das Thema Depression entschieden. Oberärztin Dr. Katarina Simanova, ärztliche Leiterin der psychiatrischen Tagesklinik, nahm sich dieses Themas an.

Die Depression ist im Gegensatz zu manch landläufiger Meinung keine seltene Erkrankung, sie gehört in Deutschland sogar zu den häufigsten Krankheiten. Die Symptome einer

Depression konnten viele der anwesenden Besucher selber beschreiben: Stimmungsschwankungen, Antriebslosigkeit, Grübeln, Schlaflosigkeit. Depressive Menschen können oft keine Freude empfinden, ziehen



Fachärztin Dr. Katarina Simanova sprach zum Thema Depression.

sich vom Leben zurück, nehmen auffällig an Gewicht ab. Ein wesentlicher Punkt ist das Wollen und Können. „Ich will schon, kann aber nicht“, das bezeichnete die Ärztin als oft beschriebenes Symptom der Depression. Das beginnt schon mit dem Nicht-aufstehen-Können am Morgen. Zu den Hauptsymptomen der Depression gehört zudem die scheinbar grundlose Niedergeschlagenheit, ein Druck auf der Brust, oftmals intensives Grübeln, innere Unruhe, etwas nicht zu Ende bringen zu kön-

nen. „Die Stimmung ist vor allen Dingen in den Vormittagsstunden im Keller, das kann mitunter am Nachmittag schon wieder ganz anders aussehen“, schildert Simanova die Stimmungsschwankungen bei depressiv kranken Menschen.

Eine Depression zu erkennen, beschreibt die Fachärztin als einen oftmals langen Weg, weil eben die Symptome sehr vielseitig und sowohl seelisch als auch körperlich sein können, beispielsweise Schwindel oder Kopfschmerzen. Daher wird die Depression häufig vom allgemeinen Arzt nicht als solche erkannt. Bei rund 15 bis 25 Prozent der Patienten, die einen praktischen Arzt aufgesucht haben, werden Depressionen nicht in Erwägung gezogen. Vielfach beginnt dann ein „Ärzte-Tourismus“, bis irgendwann eine psychiatrische Ursache sichtbar wird. Wichtig beim Erkennen der Krankheit ist vor allem die Familie, die Freunde, das Umfeld des Patienten. Sie merken meist die grundlegenden Veränderungen im Verhalten des Betroffenen und können damit bei der Diagnose durchaus hilfreich sein.

„Was sind die Ursachen einer Depression? Ich weiß bis heute nicht, warum ich krank war“, fragt einer der Besucher. Die Ursachen einer Depression sind in ihrer Gesamtheit schwer auszumachen. Sind die Gehirnstoffe Serotonin zu hoch oder Dopamin zu niedrig, sind es äußere Umstände, die zur Depression führen oder genetische Veranlagungen? Meist spielen mehrere Faktoren eine

Rolle. Typisch für depressive Menschen ist auch, dass sie sich fragen, warum gerade sie diese Krankheit bekommen, sie geben sich mitunter selbst die Schuld daran. Verschiedene Formen der Depression fließen oft ineinander und sind daher nicht einfach zu diagnostizieren. Dazu bedarf es vor allem auch des Vertrauensverhältnisses zwischen Patient und Arzt.

## Umfeld spielt eine Rolle

„Stimmt es, dass man, wenn man einmal eine Depression hatte, sie immer wieder bekommt?“, fragt eine Patientin, die dem Vortrag aufmerksam zuhörte. Auch hier könne man das nicht genau sagen, meint die Fachärztin. Depressionen können durchaus nur einmalig auftreten, aber auch mehrfach oder saisonal, beispielsweise die Winterdepression. „Wenn eine Depression behandelt und mit Medikamenten gut eingestellt ist, kann ich sicher sein, die Schwankungen gut zu überstehen“, so Dr. Simanova. Einig sind sich Publikum und Fachärztin darüber, dass die Gesellschaft, das Umfeld eine wichtige Rolle bei der Entstehung der Krankheit spielt. „Wir sind gestresst bis an die Grenzen, das verändert auch die Familien, die oft nicht mit solchen psychischen Krankheiten umgehen können.“ Ein Zuhörer aus der Runde fügt als Betroffener hinzu: „Man wird ausgegrenzt, stigmatisiert, nicht mehr gebraucht, wenn man krank ist in dieser Gesellschaft.“