

Ein extrem qualvolles Leiden

DEPRESSION. Mehr als 800.000 Österreicher sind betroffen. Depressionen werden weltweit drastisch zunehmen. Mit ein Grund: Wachsender Arbeitsdruck, weniger soziale Sicherheit.

VON CLAUDIA RICHTER

Der Sommer war da, die Finanzen waren in Ordnung, eigentlich war alles ok. Aber ich bin zu Hause geblieben, hatte keine Freude mehr und wollte nur noch sterben", sagt die bekannte Kabarettistin Andrea Händler. "Ich wusste damals vor vier Jahren nicht, was mit mir los war."

Händler hatte an einer Depression gelitten. Mehr als 800.000 Österreicher geht es in diesem Moment ebenso oder ähnlich. Ihre Welt ist grau und schwarz, sinn- und freudlos, ihre Tage sind geprägt von einem Klima der Ohnmacht und Verzweiflung, sie fühlen sich wertlos und sehen keine Zukunft mehr. Dazu kommen unendliche Leere, Apathie, dauernde Müdigkeit – nicht jeder Depressive weist dieselben Symptome auf.

"In jedem Fall ist eine Depression extrem qualvoll, und zwar in einem Ausmaß, wie es kaum eine andere Krankheit ist", betont der Psychotherapeut Prof. Alfred Pritz, Vorstand der Sigmund-Freud-Privat-Universität in Wien.

Sparen am falschen Platz

Diese Qualen machen ein Leben mitunter unerträglich, viele beenden sie mit Selbstmord – nicht behandelte Depressionen sind der häufigste Grund für einen Suizid. Mit mehr als 1400 Selbstmorden und 40.000 Suizid-Versuchen im Jahr liegt Österreich bei einer Reihung der Selbstmordraten pro 100.000 Einwohner im oberen Drittel innerhalb der EU, so Experten der Weltgesundheitsorganisation. Dabei sind moderne Antidepressiva bei den meisten gut wirksam.

Blöß: Weit weniger als 20 Prozent der Betroffenen erhalten eine adäquate Therapie. Sehr viele de-

pressive Österreicher werden gar nicht, unzureichend oder mit veralteten Antidepressiva behandelt. "Für jeden Euro, den wir heute bei innovativen Medikamenten sparen, müssen wir bei Rückfällen 4,70 Euro für Krankenstände und Krankenhauskosten bezahlen. Das kostet uns allein bei depressionskranken Menschen rund 51 Millionen Euro pro Jahr", kritisiert die Gesundheits-Ökonomin Dr. Evelyn Walter.

"Nicht, dass man mit modernen Antidepressiva gleich wieder vor Freude springen kann", meint Händler, "aber ich habe dann wieder zum Billa einkaufen gehen können."

"Depressive haben ganz stark das Gefühl, dass sie gar nichts mehr schaffen", weiß Pritz.

"Ich konnte in der Früh nicht einmal mehr mein Kaffeehäfeli wegräumen", erzählt Händler. Das ist

keinesfalls Willensschwäche, weder bei ihr noch bei einem anderen Depressiven – es ist ein Symptom der Depression. Und wer Kranke mit der lapidaren Aufforderung "reiß dich zusammen" abspießt, schadet den Betroffenen, verletzt, kränkt, drängt sie noch mehr in die Isolation.

Totale Informations-Vergiftung

Depressionen haben seit 1950 jährlich zugenommen und werden laut Expertenprognose weiterhin drastisch zunehmen. Im Jahr 2015 sollen sie nach Herz-Kreislauf-Leiden bereits Platz zwei der weltweit am meisten verbreiteten Erkrankungen einnehmen. Warum? Experten machen dafür zum einen den wachsenden Arbeitsdruck sowie die zunehmende soziale Unsicherheit verantwortlich.

"Ein Grund ist sicher, dass sich das Rad immer schneller dreht, wir leben in einem Zeitalter der totalen Informations-Vergiftung", erwähnt Univ.-Prof. Dr. Siegfried Kasper, Wiener Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie. "Da bräuchte es intakte Mechanismen, die sagen Stopp! Aber bei vielen sind die nicht gegeben, die lassen sich mitdrehen, und das ist einer der Hauptgründe für die steigende Zahl an Depressionen."

Ungleichgewicht der Botenstoffe

Ein biochemischer Grund ist ein objektiv feststellbares Ungleichgewicht bestimmter Nerven-Botenstoffe im Gehirn. "Betroffene sind dann verletzbarer und können etwa Trennungen und andere Konfliktsituationen nicht so gut verarbeiten wie andere", sagt Pritz. Mitunter seien schon kleine Konflikte, die für einen Gesunden kein großes Problem darstellen, für einen Depressiven Auslöser für einen Selbstmord. "Man muss die reale Welt und die des Depressiven trennen."

Geringes Interesse der Ärzte

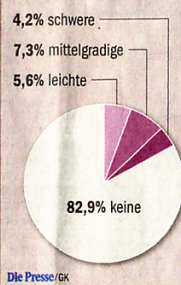
Obwohl Depressionen inzwischen zur Volkskrankheit geworden sind (25 Prozent der Frauen und zwölf Prozent der Männer sind im Laufe ihres Lebens betroffen), wird das psychische Leiden oft nicht oder sehr spät erkannt. Zum einen, weil depressive Erkrankungen oft durch unterschiedliche Symptome überlagert werden, zum anderen "ist das Interesse der Ärzte offensichtlich gering", kritisiert Kasper. "Zu einem Herzkongress kommen bis zu 25.000 Experten, an einem pulmonologischen Kongress nehmen



Ihre Welt ist schwarz, ihre Tage sind geprägt von einem Klima der Ohnmacht und Verzweiflung, es gibt keine Freude mehr, nur noch das Gefühl unendlicher Leere – depressive Menschen leiden sehr.
(11111) / Jandrolovic

Epidemiologie depressiver Erkrankungen

in der Gesamtbevölkerung



Die Presse/GK

Psychische Symptome

- ▶ Depressive Verstimmung
- ▶ Freudlosigkeit
- ▶ Antriebsmangel
- ▶ Angst
- ▶ Gefühlsverlust
- ▶ Innere Leere
- ▶ Hoffnungslosigkeit
- ▶ Suizidalität
- ▶ Depressive Denkinhalte
- ▶ Schwierigkeit zu entscheiden
- ▶ Denkhemmung/Grübeln

WISSEN: Depression

Massenleiden: Weltweit leiden rund 121 Millionen Menschen laut WHO an Depressionen, allein in Österreich sind es schätzungsweise mehr als 800.000, weit weniger als 20 Prozent erhalten eine adäquate Therapie.

Die Ursachen für die Erkrankung sind vielfältig. Forscher konnten als eine Ursache Veränderungen in der Balance von Nerven-Botenstoffen im Gehirn nachweisen. Als auslösende Momente kommen aber oft Lebensereignisse hinzu.

Gehirn & Geist: In der aktuellen Ausgabe von Gehirn & Geist (9/2007) berichtet der Psychologe Turhan Canli von der Stony Brook University (New York), wie eine einzelne Genvariation die Anfälligkeit für Depressionen erhöhen kann.

Die Stadt Wien hat das Projekt „Lebenslust statt Depression“ ins Leben gerufen. Ziele dieser Initiative: die Entstigmatisierung depressiver Patienten voranzutreiben und Betroffenen, Angehörigen und Professionellen eine Plattform für den Informationsaustausch zu bieten.

www.buendnis-depression.at

bis zu 14.000 Personen teil, bei einem Kongress für Psychiatrie hingegen nur 2000."

Zu dem kommt noch, dass sich depressive Menschen ihres Leidens schämen, dass sie Angst haben, ihre Krankheit preiszugeben. Denn noch immer ist Depression mit einem großen Stigma behaftet. Kasper: "Wenn jemand einen Unterschenkelbruch hat und bei der Arbeit mehrere Monate ausfällt, ist das ok, ein Depressiver sollte nach drei bis vier Wochen wieder fit sein, weil man ja nichts sieht."

Ministerium bekämpft Stigma

Die Stigma-Erhebung bei psychischen Leiden (inklusive Depression) ist eines der derzeit laufenden Projekte des Gesundheitsministeriums hinsichtlich seelischer Gesundheit. Zudem gibt es eine Pilotstudie zur Prävalenz psychischer Störungen, eine weitere untersucht die Behandlungspfade psychisch Kranker. Die Ergebnisse

sollen als Entscheidungsgrundlage für adäquate gesundheitspolitische Maßnahmen gelten. Und da gibt es (auch) im Bereich Depression noch einiges zu tun.

Gesellschaft schaut gerne weg

Auch, weil die Gesellschaft da gerne wegschaut, Depression nicht gelten lässt, verurteilt, schweigt. "Ich verstehe nicht, warum man über eine Depression nicht reden kann wie über jede andere Krankheit auch", wundert sich Händler und sagt abschließend: "Ich hatte vor ganz Kurzem eine zermerscherte Schulter und litt monatelang höllische Schmerzen, aber das sind Peanuts gegenüber den unsagbaren Qualen einer Depression. Ich habe mir lieber noch einmal die Schulter zusammen als noch einmal eine Depression, die möchte ich nie, nie wieder erleben müssen."

www.depression.at