

Zum heutigen „Welttag der psychischen

Selbstmordplan:

100 Tiroler pro Jahr nehmen sich selbst das Leben. „Bis zu 70 Prozent dieser Menschen sind depressiv“, warnen gestern Experten in Innsbruck vor den Folgen dieser psychischen Krankheit. Der wichtigste Rat der Fachleute an Angehörige von selbstmordgefährdeten Menschen: „Nicht wegschauen, sondern das Thema ansprechen!“ Therapeutische Hilfsangebote sind da ...

Patient R. (36) beschrieb, wie er seine Depression mit nachfolgenden Selbstmordgedanken erlebte: „Es begann mit Müdigkeit und überfordert sein ... Ich wollte immer mehr Ruhe und alleine sein. Ich hatte an nichts mehr Interesse ... Sogar das Essen war nur mehr durch Hunger erzwungen. Die Körperpflege wurde zum Horror ... Es kamen Selbstmordgedanken, die soweit führten, dass ich mich mit aufgeschnittenen Pulsadern blutüberströmt in der Badwanne liegen sah ... Die anderen sagten: „Lass dich nicht so gehen.“

Herr R. hat inzwischen

wieder Lebensmut geschöpft und seinen Alltag strukturiert. „Doch viele Betroffene schaffen das ohne Hilfe nicht“, erklärte Christian

VON ANDREAS MOSER

Haring, Primar des Psychiatrischen Krankenhauses Hall, zum heutigen „Welttag für psychische Gesundheit“.

Haring und seine Fachkollegen Ullrich Meise und Eberhard Deisenhammer bedauern, dass die Depression noch immer eine stigmatisierte Krankheit ist. „Wenn jemand ein Herzleiden hat,

„Krone“ lädt zu Modenshow von Prister

Dieser Fashion Event wird sicher ein Gewinn!

Die kalte Jahreszeit steht vor der Tür – dass die nicht

Gesundheit“ warnen Tiroler Fachleute vor den tödlichen Folgen von Depressionen

„Am Anfang war die Müdigkeit“

ist das für andere akzeptabel. Bei Depressionen wird er oft in das Eck der Verrückten gestellt.“

Die Experten raten Angehörigen, keine Scheu davor zu haben, die Betroffenen anzusprechen und ihnen eine Therapie nahe zu legen. „Im Nachhinein ist die Dankbarkeit meist groß“, weiß Haring aus Erfahrung.

Wie „vorhersehbar“ sind Suizide? Die Polizei befragt Angehörige von Opfern routinemäßig per Fragebogen. Fazit: Nur etwa 30 Prozent der Selbstmörder hatten zuvor die Absicht dazu geäußert.

Eine wichtige erste Anlaufstelle bei Depression und Suizidgedanken ist die Telefonseelsorge, kostenlos unter ☎ 142!

Zanon zu Welttag:

„Vorurteile abbauen“

Zum heutigen „Welttag der psychischen Gesundheit“ (siehe auch oben) fordert Gesundheits-LR Elisabeth Zanon, die Vorurteile und Berührungsängste gegenüber Betroffenen abzubauen. Die Hilfsangebote würden ständig erweitert. Im Vorjahr zählte man in Tirol rund 163.000 Krankenstandstage aufgrund psychischer Leiden.