Ressort: Gesundheit

Die Krankheit mit vielen Gesichtern: Depressionen

Ist ein normales Leben möglich?

Leverkusen, 12.07.2019, 12:14 Uhr

GDN - Depressionen sind keine Randerscheinung mehr. In der heutigen Zeit wird öffentlich darüber gesprochen. Vor allen Dingen melden sich viele Menschen, die im Showbusiness vertreten sind. Was bedeutet es, an Depressionen zu erkranken, und ist diese Erkrankung behandelbar?

Als sich der Hollywoodstar Robin Williams das Leben genommen hat, war die Erkrankung Depression wieder in aller Munde. Das ist das einzige Positive daran. Menschen, die an Depressionen erkrankt sind, haben keinen Spleen, ebenso wenig sind sie eigenbrötlerisch. Laut der Stiftung Deutsche Depressionshilfe litten allein in Deutschland 11,3 Prozent der Frauen und 5,4 Prozent der Männer im Jahre 2015 unter dieser Erkrankung. Das entspricht 5,3 Millionen Menschen alleine in Deutschland. Doch Depressionen sind behandelbar, und je früher desto besser.

Was sind Depressionen?

Depression ist eine tückische Krankheit, die häufig mit vielen Gesichtern einhergeht. Das macht es so schwierig eine Diagnose zu stellen. Selbst Ärzte werden schon einmal auf die falsche Fährte gelockt. Viele Betroffene verschweigen aus Scham die Symptome: "Jeder hat doch mal eine trübe Stimmung, stell dich nicht so an". Beim Hausarzt werden häufig nur körperliche Symptome geschildert. Es gibt aber laut dem sogenannten ICD 10 (International Classification of Deseases) nur drei Leitsymptome, die auf Depressionen hinweisen: Antriebsschwäche, gedrückte Stimmung und Freudlosigkeit.

Häufige Zusatzsymptome sind gestörter Schlaf, Hoffnungslosigkeit, Angstzustände, das Gefühl der inneren Leere, Reizbarkeit bis hin zu Aggressionen, starke Müdigkeit, häufiges Weinen, Suididgedanken, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen. Die körperlichen Beschwerden sind nicht außer Acht zu lassen: Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Appetitlosigkeit aber auch Kreislaufbeschwerden sind nur einige Symptome. Je nachdem, wie die Depressionen ausgeprägt sind, wird ein ganz normales Leben unmöglich. Leider ist sie immer noch eine der am meisten unterschätzten Erkrankungen. Betroffenen berichten über unterschiedliche "trübe" Phasen. Manche dauern nur einige Tage bis Monate. Manche Phasen dauern sogar Jahre an.

Welche Möglichkeiten gibt es für Betroffene?

Leider ist es schwierig oft zeitnah einen Termin bei einem Psychiater zu erhalten. Laut der Bundespsychotherapeutenkammer (BPtK) warten viele Menschen fast drei Monate, manchmal sogar länger - bis zu sechs Monaten oder sogar einem Jahr - auf einen Termin für ein Erstgespräch. Da Betroffene allerdings auch oft Lebensmüde sind ist dieser Zustand nicht zumutbar. Vor allen Dingen, weil viele Menschen zur Selbstmedikation greifen. Ein Beispiel ist das Johanniskraut, das bei Depressionen häufig eingesetzt wird. Doch hier ist Vorsicht geboten. Auch Heilkräuter haben Neben- und Wechselwirkungen. Sie können auch keine schwere Depression heilen oder lindern. Bei Verdacht auf eine Depression ist eine fachkundige Behandlung wichtig.

Wenn der Arzttermin zu lange dauert, gibt es viele Möglichkeiten, sich vorab Unterstützung zu holen. Dies kann durch Selbsthilfegruppen erfolgen, die auch mittlerweile vernetzt im Internet zu finden sind. Die Deutsche Depressionshilfe zum Beispiel ist ein Bundesweites Netzwerk zur Optimierung von Versorgung und Erforschung depressiver Erkrankungen. Es ist ein Internetservice, der unter anderem über Adressenlisten von Kliniken und Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige informiert. Auch ein Selbsttest ist dort möglich. Menschen ohne Internetanbindung können sich direkt bei der Krankenkasse über Möglichkeiten informieren. Mittlerweile helfen Krankenkassen auch dabei, einen schnelleren Termin bei einem Facharzt zu bekommen.

Fazit

Depression ist eine psychische Erkrankung, für die sich niemand schämen muss. Nicht nur Betroffenen, sondern auch den

Angehörigen macht sie häufig Angst, weil diese Erkrankung Menschen völlig verändern kann. Als Angehöriger ist es wichtig, die Erkrankung zu akzeptieren und sich mit "guten Ratschlägen" zurückzuhalten. Fachkundige Hilfe ist wichtig. Es gibt einige Therapiemöglichkeiten und Unterstützung für Betroffene sowie Hilfe für Angehörige, und die Erkrankung ist behandelbar. Das Wichtigste: Zögern Sie nicht und lassen Sie sich helfen. Im Notfall können Sie auch nachts in eine Klinik (Notfallambulanz oder psychiatrische Klinik) gehen. Die Türen stehen Ihnen dort immer offen.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-122824/die-krankheit-mit-vielen-gesichtern-depressionen.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Iris Gödecker

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Iris Gödecker

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619