

Der ExperteDr. med.
Robert GlummChefarzt der
Neurologischen
Klinik am
Sana Klinikum HofSeit Juni 2017 Chef-
arzt am Sana Kli-
nikum Hof; Facharzt für

Neurologie mit den Schwerpunkten Akutneurologie und Multiple Sklerose. Neben der Schlaganfallversorgung hat er sich auf die abgestimmte immunmodulatorische Behandlung von Multiple Sklerose-Patienten im Schub und in der Prophylaxe spezialisiert. Die ambulante Versorgung chronisch kranker neurologischer Patienten wird zudem im Sana Gesundheitszentrum Hof/ Münchberg ermöglicht. Terminvereinbarungen unter Telefon 09251/5555.

Dr. Robert Glumm (links), Chefarzt der Neurologischen Klinik am Sana Klinikum Hof, und Dr. Torsten Brückner, Chefarzt der Bezirksklinik in Rehau, klärten über Ursachen und Behandlung von Depressionen auf.
Foto: Neumann**Der Experte**Dr. med.
Torsten BrücknerChefarzt Psychiatrie,
Psychotherapie und
Psychosomatik an der
Bezirksklinik RehauSeit Juli 2018 ist Dr.
Torsten Brückner,
Facharzt für Psychiatrie

und Psychotherapie, Chefarzt der Bezirksklinik Rehau. Zuvor war er in Münchner und Regensburger Kliniken tätig und funktionierte zuletzt als Leitender Oberarzt des Bezirkskrankenhauses Regensburg. Das Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in Rehau ist Teil der Gesundheitseinrichtungen des Bezirks Oberfranken. Die Klinik leistet die Vollversorgung aller psychiatrischen Krankheitsbilder für die Landkreise Hof und Wunsiedel.

„Zusammenreißen“ hilft nicht

Zur Behandlung einer Depression gehören verschiedene Komponenten

Die Symptome der Depression – eine anhaltend gedrückte Stimmung, Interessensverlust und Freudlosigkeit, eine Verminderung des Antriebs sowie erhöhte Ermüdbarkeit – beschäftigen die Menschheit seit Jahrtausenden. Hippokrates, der rund 400 vor Christus lebte, war jedoch einer der Ersten, die erkannten, dass es sich nicht um ein „von Gott geschicktes Übel“ handelt, sondern um eine Krankheit, bei der ganz ohne Zutun Dinge im Körper aus dem Gleichgewicht geraten.

Aus dem Gleichgewicht

Mit diesem geschichtlichen Abriss leitete Dr. Torsten Brückner, Chefarzt der Bezirksklinik Rehau, den Vortragsabend „Depressionen – auf dem Weg zur Volkskrankheit Nr. 1“ im Rahmen des ConSenio Expertenforums im Hofer Central-Kino ein. Dr. Robert Glumm, Chefarzt der Neurologischen Klinik am Sana

Klinikum Hof, berichtete über den Zusammenhang zwischen neurologischen Erkrankungen und Depressionen.

Heute weiß man, dass es nicht die Körpersäfte sind, die bei depressiven Menschen aus dem Gleichgewicht geraten (wie Hippokrates damals vermutete), sondern die sogenannten Neurotransmitter Serotonin, Dopamin und Noradrenalin, die für die Kommunikation der Nervenzellen im Gehirn zuständig sind. Das kann man dem Gehirn der Patienten unter Zuhilfenahme bildgebender Verfahren sogar ansehen. „Es handelt sich also um eine tatsächliche biologische Erkrankung“, betonte Dr. Brückner, „die nichts mit eigenem Fehlverhalten oder Ähnlichem zu tun hat. Betroffenen ist mit einem „Nun reiße Dich doch mal zusammen!“ nicht geholfen.“

Wie behandelt man also eine Depression? Auch hier lag Hippokrates vor über 2000 Jahren nicht falsch: Er empfahl Spazier-

gänge, Gespräche mit Angehörigen und verschiedene Kräuter, die tatsächlich für Linderung sorgen können.

Die richtige Behandlung

Heute stützt sich die Behandlung auf drei Säulen: Im Bereich der medikamentösen Behandlung stehen als erste Behandlungsoption, die relativ schnell und zuverlässig hilft, Antidepressiva zur Auswahl sowie Stimmungsstabilisierer, die vor allem bei bipolaren Erkrankungen mit extremen Hochs und Tiefs zum Einsatz kommen. Patienten, die massiv an Schlafstörungen leiden, bekommen oft zusätzlich Sedativa (Beruhigungsmittel), um zunächst den Schlaf wiederherzustellen.

Zweite Säule sind biologische Verfahren wie Sport oder Lichttherapie, die besonders bei saisonalen Depressionen gut hilft. „Es braucht dafür aber nicht immer Lampen wie wir sie in der

Klinik haben. Es reicht auch, möglichst lange rauszugehen.“ In manchen Fällen, in denen vor allem Schlafstörungen eine Rolle spielen, kann vorübergehender Schlafentzug für Besserung sorgen.

Die Psychotherapie als dritte Säule ist genauso wichtig wie die beiden anderen, jedoch müssen die Patienten oft lange auf einen Termin warten. Zum Bereich der Psychotherapie gehören die kognitive Verhaltenstherapie, in der bestimmte Verhaltensweisen erlernt werden, die tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie, die sich auf Erlebnisse in der Kindheit der Patienten und Vorgänge im Unterbewusstsein konzentriert, Entspannungsverfahren wie beispielsweise autogenes Training, oder neuerdings auch computergestützte Verfahren.

Rechtzeitig erkannt und behandelt ist eine Depression meist vollständig und ohne Spätfolgen heilbar.
Sandra Langer

Vier wichtige Fragen zum Thema Depression

Sind Depressionen erblich bedingt?

Zu 60 Prozent spielt tatsächlich die genetische Veranlagung eine Rolle. Darüber hinaus haben auch soziale Umstände oder Schicksalsschläge einen Einfluss.

Wie erkennt man eine bipolare Störung?

Bei der bipolaren Störung gibt es nicht nur eine depressive Phase, sondern auch eine manische Phase, in der die Patienten extrem viel Energie haben, kaum zur Ruhe kommen und große Pläne hegen.

Wie gehe ich mit Angehörigen um, die psychische Probleme

Bei der bipolaren Störung gibt es nicht nur eine depressive Phase, sondern auch eine manische Phase, in der die Patienten extrem viel Energie haben, kaum zur Ruhe kommen und große Pläne hegen.

oder Wahnvorstellungen haben und sich nicht helfen lassen wollen?

Man sollte Betroffene nicht drängen, aber auf jeden Fall in Kontakt bleiben. Angehörige können den Sozialpsychiatrischen Dienst einschalten, der dann ebenfalls versucht, Kontakt zu dem Betroffenen aufzunehmen und zu helfen.

Können auch pflanzliche Medikamente helfen?

Prinzipiell ja. Allerdings sind diese häufig nicht stark genug. Wenn man die Dosis massiv erhöht, steigt jedoch gleichzeitig auch die Gefahr von Nebenwirkungen, so dass oft chemische Produkte doch die bessere Variante sind.



Viele Menschen sind betroffen

National wie international erkranken 16 bis 20 Prozent der Menschen einmal an einer Depression. Frauen sind fast doppelt so oft betroffen wie Männer; ein höheres Bildungsniveau und eine sichere berufliche Anstellung können schützen.

Wenn der Verdacht auf eine Depression besteht, stellen Ärzte bestimmte konkrete Fragen, die zu einer sicheren Diagnose führen. Neben gedrückter Stimmung und Antriebslosigkeit können auch Schuldgefühle, Schlaflosigkeit, mangelnder Appetit, sexuelle Unlust und ein Gefühl der Wertlosigkeit bis hin zu Suizidgedanken zu den Symptomen einer Depression gehören.

„Das ist es auch, was die Depression so gefährlich macht“,

weiß Dr. Torsten Brückner, Chefarzt der Bezirksklinik in Rehau. Zwar ist die Krankheit an sich ohne bleibende Schäden heilbar, doch die Gefahr der Selbsttötung dürfe man nicht unterschätzen.

Wer sich so gut wie möglich vor Depressionen schützen

möchte, sollte versuchen, geistig fit zu bleiben - sei es durch Kreuzworträtsel oder ein interessantes Hobby. Außerdem helfen Sport und ein Tagesrhythmus, der dafür sorgt, dass man ausreichend Zeit im Tageslicht verbringen kann.



Depression als Krankheitsfolge

Ein Drittel der Schlaganfall-Patienten erleidet eine Depression

Krankheiten wie Parkinson, Schlaganfall oder Multiple Sklerose können Auslöser für Depressionen sein. „Und gerade weil sich die Symptome der ursprünglichen Krankheit und der Depression oft ähneln, ist das gar nicht so leicht zu erkennen“, weiß Dr. Robert Glumm, Chefarzt der Neurologischen Klinik am Sana Klinikum Hof.

Etwa jeder dritte Schlaganfall-Patient entwickelt wenige Tage bis Monate nach dem Schlaganfall eine Depression, die sechs Monate bis zwei Jahre lang dauern kann. Wie wahrscheinlich das ist und wie schwer die Depression ausfällt, hängt unter anderem von der Schwere des Schlaganfalls und den erlittenen körperlichen Beeinträchtigun-

gen ab. Ein Zusammenhang besteht auch umgekehrt: Wer über einen längeren Zeitraum Depressionen hat, hat ein erhöhtes Schlaganfall-Risiko und ist auch für Herzkrankheiten anfälliger. „Ein weiterer Grund, warum Depressionen immer behandelt werden sollten“, sagt Dr. Glumm.

Auch Multiple Sklerose (MS), eine chronische entzündliche und degenerative Erkrankung des zentralen Nervensystems, kann Depressionen auslösen. Rund die Hälfte der MS-Patienten erleidet im Laufe ihres Lebens eine Depression.

Das chronische Erschöpfungssyndrom, auch Fatigue genannt, beginnt oft akut und infektiös und ähnelt in manchen Sympto-

men einer Depression. Es ist abzugrenzen von einem Fatigue-Syndrom nach Tumorbehandlungen, bei Autoimmunerkrankungen oder im Rahmen von chronischen Infektionen. Die Diagnose der seltenen Erkrankung ist langwierig und kompliziert; in der Behandlung gibt es unterschiedliche Ansätze. Teilweise spielen auch hier - ähnlich wie bei der Depression - Bewegung oder die Behandlung von Schlafstörungen eine Rolle. -sl-

Sana Klinikum Hof

Neurologische Klinik
Chefarzt Dr. med. Robert Glumm
Telefon: 09281 / 98-3578
Fax: 09281 / 98-2485
E-Mail: skh-neurologie@sana.de