

Depression kann sich verstecken

Experte Dr. Dieter Schoepf beantwortet die Fragen unserer Leser beim „Direkten Draht zum Mediziner“

Von Kerstin Kaminsky

WEILBURG. Derzeit leiden etwa vier Millionen Deutsche an Depressionen. Dabei unterscheidet die Krankheit nicht zwischen Alt und Jung, doch sind Frauen über das gesamte Lebenspanorama etwa doppelt so oft betroffen wie Männer.

Die häufigste Verlaufsform ist die rezidivierende depressive Störung mit abgrenzbaren depressiven Episoden. Dabei kann das Gefühl von tiefer Schwermut nach einer beschwerdefreien Phase wieder zurückkommen. So war auch das Gros der Anrufer, die sich bei unserer Telefonsprechstunde an den Experten Dr. Dieter Schoepf wandten, von dieser wiederkehrenden Form der Depression betroffen und ist über die Jahre bereits mit verschiedenen Therapiemöglichkeiten behandelt worden.

DER DIREKTE DRAHT

zum Mediziner

Eine 64-jährige Dame aus Weilmünster blickt auf eine über 20 Jahre währende Krankheitsgeschichte zurück. Ihr Pflegeberuf hätte sie stets auch seelisch stark beansprucht, und gerade stecke sie erneut in einer depressiven Episode, aus der sie allein keinen Ausweg finde. Ihr Problem sei jedoch, dass sie keinen Arzt findet, der sie als neue Patientin annimmt. Dr. Schoepf bot ihr an, sich an die Ambulanzen der Vitos-Klinik in Weilburg oder Weilmünster zu wenden oder bei der Krankenkasse anzufragen, bei welchen Vertragsärzten sie eine Behandlung in Anspruch nehmen könne.

Seit 2017 ist eine Anruferin (60) aus einem Villmarer Ortsteil aufgrund ihrer Depression berentet. Sie nimmt zwar regelmäßig die verordneten Medikamente ein, finde jedoch, dass sich ihr emotionaler Zustand trotzdem weiterhin verschlechtere. Sie leide unter einem gestörten Tag/Nacht-Rhythmus, unter einem Missempfinden beim Aufwachen, als würden kleine Nadeln den ganzen Körper traktieren, unter einer Veränderung der Schleimhäute sowie unter Essstörungen. „Können all diese

Symptome Teil der Depression sein?“, fragte sie Dr. Schoepf. Er hält das für denkbar: „Tatsächlich können sich Depressionen manchmal hinter körperlichen Symptomen verstecken. Die Fachwelt spricht dabei von einer larvierten Depression, bei der gar nicht die gedrückte Stimmung so sehr im Vordergrund steht“, erklärt er.

Auch ein 80-Jähriger aus Herborn musste seinerzeit aufgrund von Depressionen aus dem aktiven Arbeitsleben ausscheiden. Nun klagt er über extreme Müdigkeit und Lustlosigkeit sowie über starke Rückenschmerzen – ein Zustand, der bereits längere Zeit anhalte. „Möglicherweise ist Ihre Depression nicht ausreichend behandelt“, mutmaßte Dr. Schoepf und empfahl dem Anrufer, einen Nervenarzt aufzusuchen.

Wo man sich hinwenden könne, um eine Hypnosetherapie zu bekommen, wollte eine Endfünfzigerin aus dem Lahn-Dill-Kreis wissen. Ihr konnte von Dr. Schoepf aller-

dings nicht geholfen werden. Hypnosetherapie gehöre in Deutschland nicht zur Richtlinienpsychotherapie.

„Lassen Sie bitte erst einmal von einem Facharzt abklären, welche Form der Depression Sie haben und wo mögliche auslösende und aufrechterhaltene Ursachen ihrer Depression liegen.

Denn nur wenn Ihr Be-

handler weiß, womit er es zu tun hat, kann er einen Behandlungsplan mit Ihnen besprechen und abschätzen, ob hypnotherapeutische Interventionen im Rahmen eines Gesamtbehandlungsplans sinnvoll sind.“

Schlafprobleme und nächtliches Grübeln sind auch für einen, wie er von sich selbst sagt, übergewichtigen Herrn aus dem Raum Biedenkopf der Grund für seinen Anruf. Dem 71-Jährigen sei kürzlich ein Diabetes Typ 2 diagnostiziert worden. Zudem hätte

eine Blutuntersuchung ergeben, dass er unter einem Vitamin-D-Mangel leide. „Kann darin die Ursache für eine Depression liegen?“, wollte der Anrufer wissen.

Dr. Schoepf bestätigte das. „Wir schauen uns immer den Hormon- und Vitaminstatus unserer Patienten genau an“, erklärte er. Auch die Zuckerkrankheit gehöre zu den mit der Depression assoziierten Krankheiten. Doch wenn die Werte gut eingestellt sind, würde sich auch das Seelenleiden häufig zurückbilden. Er riet dem Ratsuchenden auch zu viel Bewegung und gesunder Ernährung, um Gewicht zu verlieren.

Große Sorgen um den Bruder

Eine Anruferin aus Langgöns macht sich große Sorgen um ihren seit Jahrzehnten depressiven und stark rauchenden Bruder, der in jüngerer Vergangenheit außerdem den zweiten Herzinfarkt und einen leichten Schlaganfall erlitten habe. Sein bewährtes Antidepressivum musste er aufgrund von einer eingeschränkten Nierenfunktion absetzen und das stattdessen verordnete neue Medikament schlage nicht richtig an. Eine Psychotherapie lehne der Bruder ab, ebenso den Besuch einer Selbsthilfegruppe. Einzig die Gespräche mit der Schwester würden ihm guttun.

Dr. Schoepf erkundigte sich, wie denn die Frau selbst mit der Situation klar käme. Deren Antwort, es würde ihr langsam zu viel, wunderte ihn nicht. „Ihr Bruder hat mehr von Ihnen, wenn Sie sich weniger Sorgen machen müssen“, so der Experte. Er riet der 62-Jährigen Frau, dem Bruder die eigene Belastung darzulegen und eventuell selbst eine begleitende Psychotherapie in Anspruch zu nehmen.

„Versuchen Sie doch mal, den Bruder auch an seiner Nikotinsucht zu packen“, schlug er vor. Unter professioneller Hilfe vom Rauchen loszukommen könnte der erste Schritt für ihn sein, auch bei der Behandlung seiner Depression offener für eine psychotherapeutische Therapie zu werden.



Dr. Dieter Schoepf, Facharzt für Psychiatrie, ist Depressionsexperte. Foto: Kerstin Kaminsky