



Depression

Die heimliche Volkskrankheit

Matthias Weisbrod

Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie
SRH Klinikum
Karlsbad-Langensteinbach



Frau Helga M.

- 43 Jahre alt
- Verheiratet mit Erich M, 47 Jahre alt
- 2 Kinder: Julia 14, Paul 11
- Finanzbeamtin, 50% Stelle
- Freizeitaktivitäten: Joggen (2x/Woche), Chor
- Keine körperlichen Erkrankungen
- Vor 14 Jahren nach Geburt von Julia längere Phase mit Freudlosigkeit und Gefühl der Überforderung

Frau Helga M.

- Seit 8 Wochen:
 - Kopfdruck, ziehende Schmerzen im Brustbereich
 - Kann nicht einschlafen, wacht nachts häufig auf, wacht verfrüht auf
 - Appetit verringert, Verlust von 4 kg in 8 Wochen
 - Nach dem Aufstehen das Gefühl, Alltagsaufgaben nicht mehr zu schaffen
 - Verlust von Energie und Lebenslust
 - Bedrückt, kann Freude und Trauer nicht mehr richtig empfinden
 - Rückgang von Interessen
 - Lesen fällt schwer, Fernsehen ist anstrengend
 - Vergesslichkeit



Johann Heinrich Füssli
das Schweißen
um 1788/1801

Fragen

- Was ist eine Depression ?
- Wie verlaufen Depressionen ?
- Wie entstehen Depressionen ?
- Können Depressionen behandelt werden ?
- Ist die Depression wirklich eine Volkskrankheit ?

Fragen

- Was ist eine Depression ?
- Wie verlaufen Depressionen ?
- Wie entstehen Depressionen ?
- Können Depressionen behandelt werden ?
- Ist die Depression wirklich eine Volkskrankheit ?

Psychische Symptome der Depression

- Gedrückte, eingemauerte Stimmung
- Freudlosigkeit
- Interesseverlust
- Energieverlust, Erschöpfung, Mattigkeit, Antriebsverlust
- Hemmung der Bewegungen oder auch körperliche Unruhe
- Denk- und Entscheidungshemmung
- Verminderung von Konzentration und des Gedächtnisses
- Negative Gedanken
- Negative Selbstbeurteilung
- Schuldgefühle und Gefühl der Wertlosigkeit
- Depressiver Wahn

Psychische Symptome der Depression

Depressiver Wahn

- Häufige Inhalte von Wahn bei depressiven Menschen:
 - Schuld-, Versündigungswahn
 - Wahn nichts wert zu sein, nichts zu können
 - Verarmungswahn
 - Hypochondrischer Wahn
 - nihilistischer Wahn

Psychische Symptome der Depression

- Gedrückte, eingemauerte Stimmung
- Freudlosigkeit
- Interesseverlust
- Energieverlust, Erschöpfung, Mattigkeit, Antriebsverlust
- Hemmung der Bewegungen oder auch körperliche Unruhe
- Denk- und Entscheidungshemmung
- Verminderung von Konzentration und des Gedächtnisses
- Negative Gedanken
- Negative Selbstbeurteilung
- Schuldgefühle und Gefühl der Wertlosigkeit
- Depressiver Wahn
- Todesgedanken

Gefährdung depressiver Patienten

- Von 100 Menschen mit einem depressiven Syndrom
 - Sterben etwa 4 durch Suizid
- Von 100 Menschen mit einer schweren depressiven Erkrankung
 - Erwägen 80 einen Suizid
 - Setzen 25 Suizidpläne um
 - Sterben etwa 15 durch Suizid

Körperliche Symptome der Depression

- Appetitmangel und Gewichtsverlust
- Schlafstörung
- Schmerzen, Druckgefühle, Missempfindungen
 - Helm-, Reifen-, Panzergefühl
 - Kloßgefühl
 - Brennen
 - Bauchschmerzen
 - Herzbeschwerden
- Kraftlosigkeit, Erschöpfung
- Verlust des sexuellen Verlangens

Soziale Symptome der Depression

- Vernachlässigung von Aufgaben und Pflichten
- Unfähigkeit, an den Arbeitsplatz zu gehen
- Kein Interesse mehr, an gesellschaftlichen Aktivitäten teilzunehmen
- Angst vor sozialen Kontakten
- Schwierigkeiten an Gesprächen teilzunehmen
- Angst, andere könnten schlecht über einen denken

Fragen

- Was ist eine Depression ?
- Wie verlaufen Depressionen ?
- Wie entstehen Depressionen ?
- Können Depressionen behandelt werden ?
- Warum ist die Depression eine Volkskrankheit ?

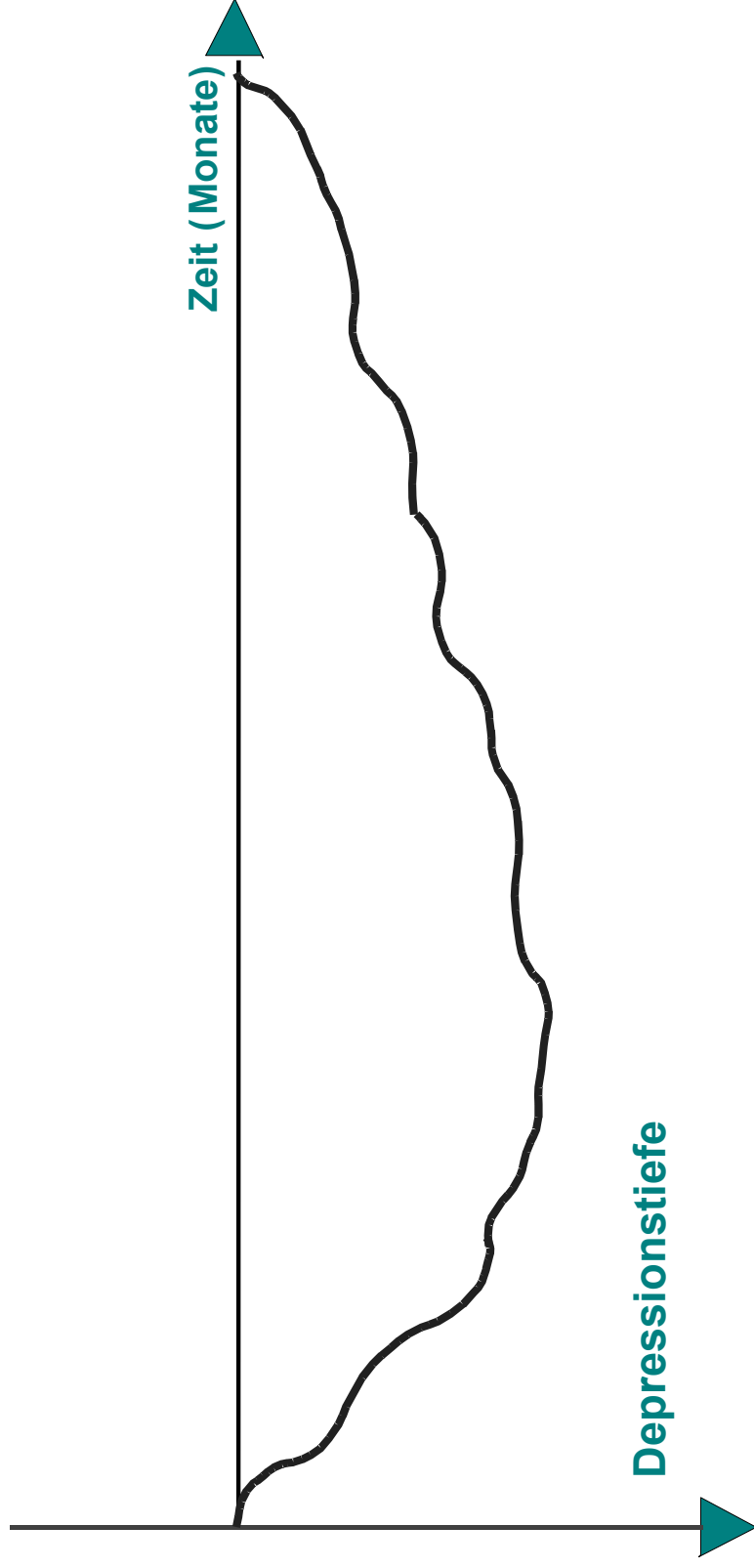
Verlauf depressiver Erkrankungen

- Schwankungen im Verlauf des Tages
 - Morgentief
 - Aufhellung am Abend

Verlauf depressiver Erkrankungen auftreten im Verlauf des Lebens

- Auftreten in jedem Lebensalter
- Mittleres Alter bei Beginn: 27 Jahre
- Seit den Geburtsjahrgängen 1945 früheres Auftreten
- 80% erleiden mehr als eine Episode
- Im Durchschnitt 6 Episoden über 25 Lebensjahre
- Nach jeder Episode wird der Abstand zur nächsten kürzer

Verlauf einer depressiven Episode



- **Durchschnittliche Dauer einer Episode: 6 Monate**
- **25% der Patienten leiden an Episoden > 1 Jahr**
- **10% erleiden eine chronische Depression**

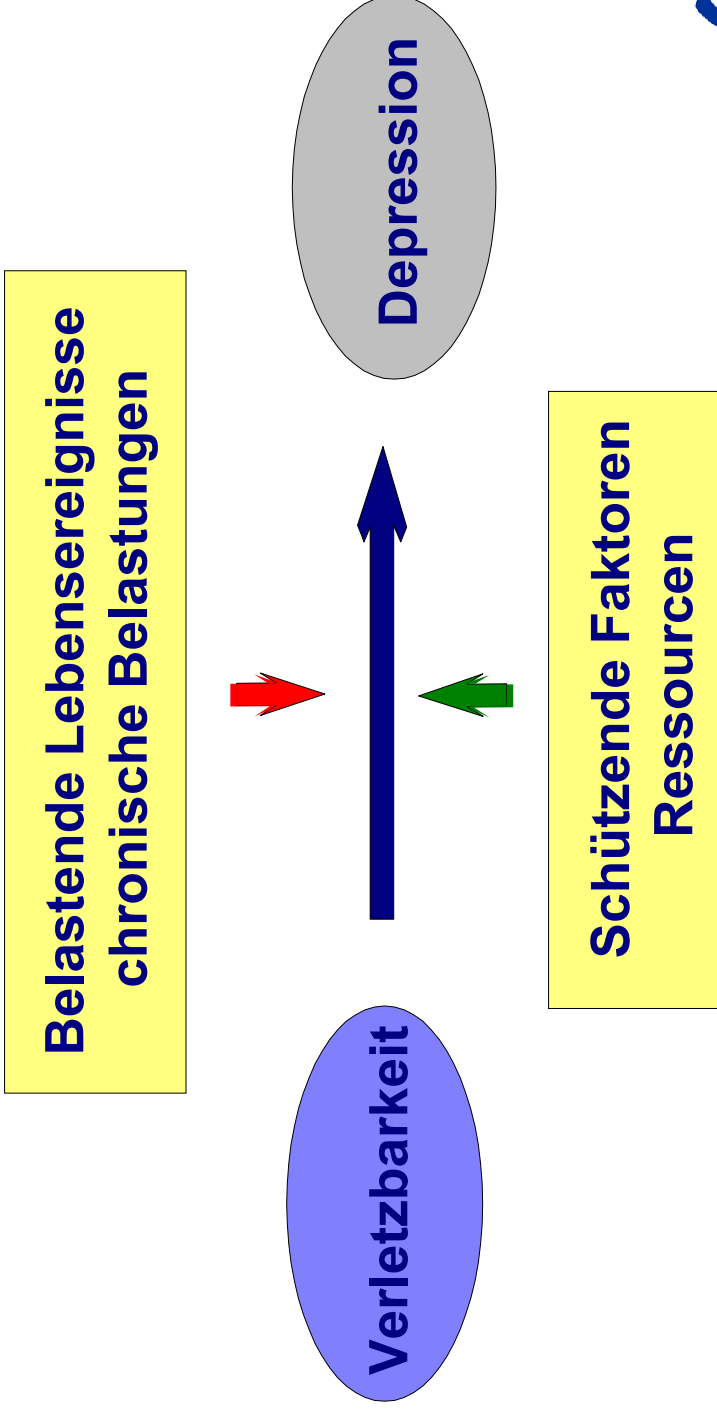
Fragen

- Was ist eine Depression ?
- Wie verlaufen Depressionen ?
- Wie entstehen Depressionen ?
- Können Depressionen behandelt werden ?
- Warum ist die Depression eine Volkskrankheit ?

Wie entstehen Depressionen ?

- Genetische Veranlagung
- Störung der Balance der Botenstoffe im Gehirn
- Ungleichgewicht der Stressreaktion
- Veränderungen im Hormonhaushalt
- Strukturelle Veränderungen im Gehirn
- Traumatische Erlebnisse
- Belastende Lebensereignisse
- Negative Lernerfahrungen

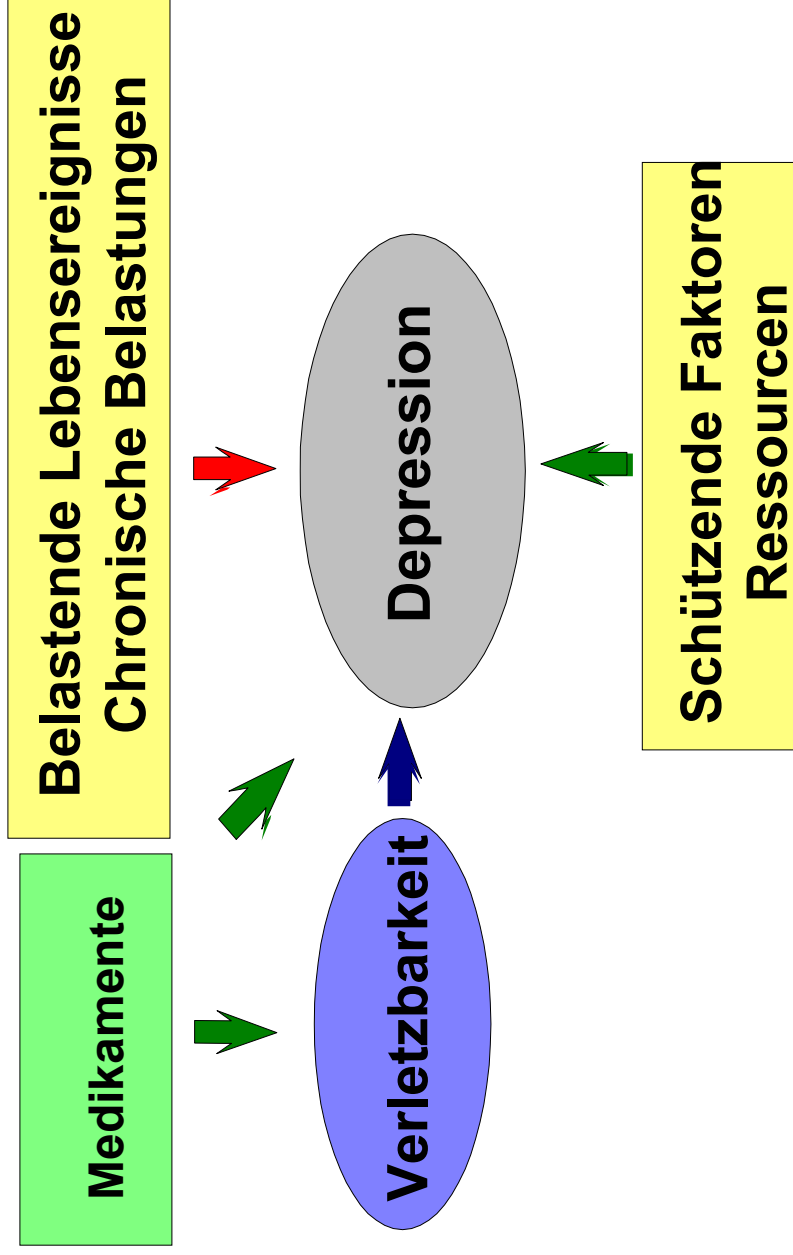
Wie entstehen Depressionen ?



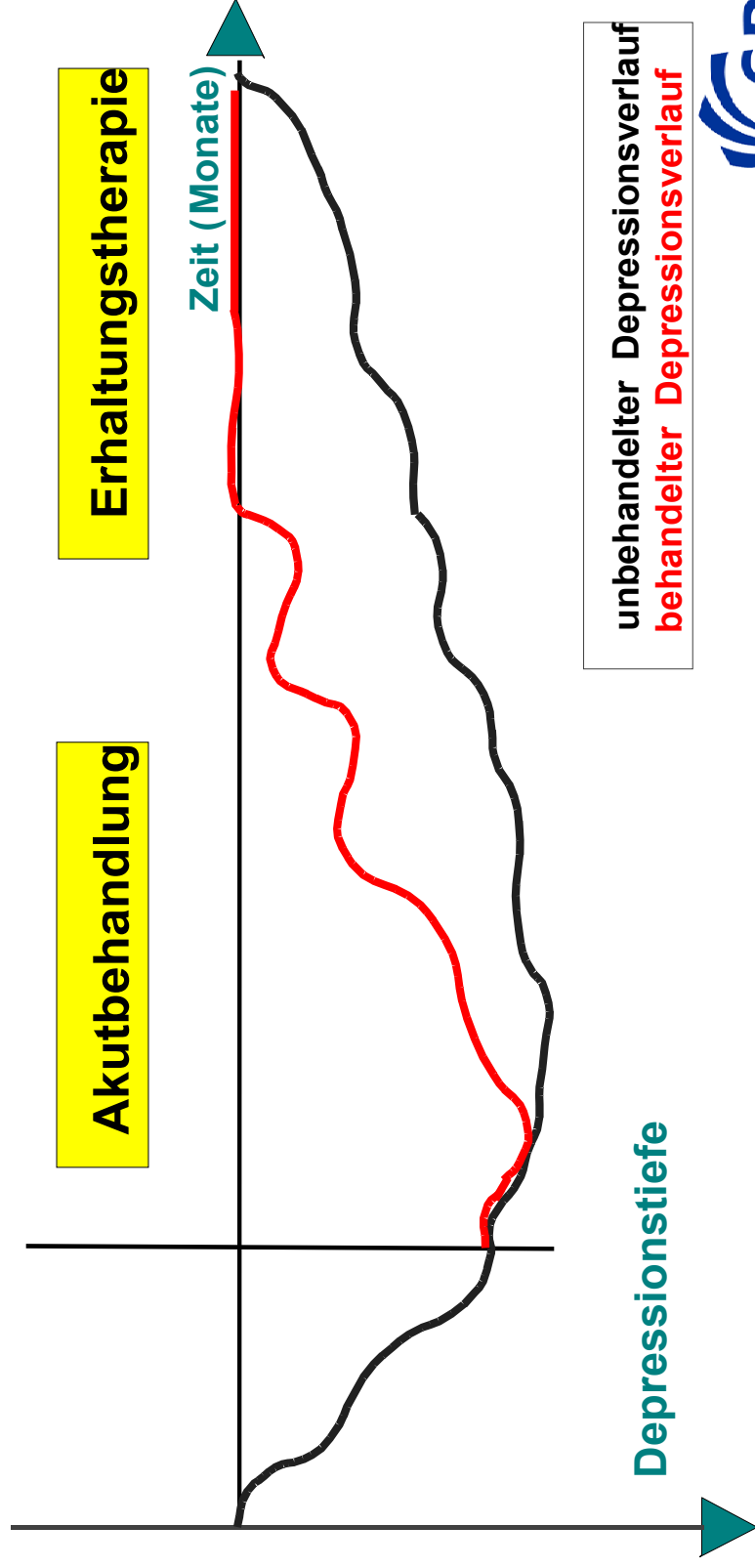
Fragen

- Was ist eine Depression ?
- Wie verlaufen Depressionen ?
- Wie entstehen Depressionen ?
- Können Depressionen behandelt werden ?
- Warum ist die Depression eine Volkskrankheit ?

Behandlungsansätze der Depression



Verlauf der Wirkung der medikamentösen Behandlung



Umgang mit verordneten Medikamenten

Etwa ein Drittel der verordneten Medikamente werden innerhalb eines Monats von den Patienten selbständig abgesetzt

“ Die Einnahme von Psychopharmaka ist mir unheimlich. ”

“ Ich habe Angst, dass mich die Medikamente süchtig machen. ”

“ Ich fürchte mich davor, dass die Medikamente mich willenlos machen und meinen Charakter verändern. ”

“ Medikamente können mir sowieso nicht helfen. ”

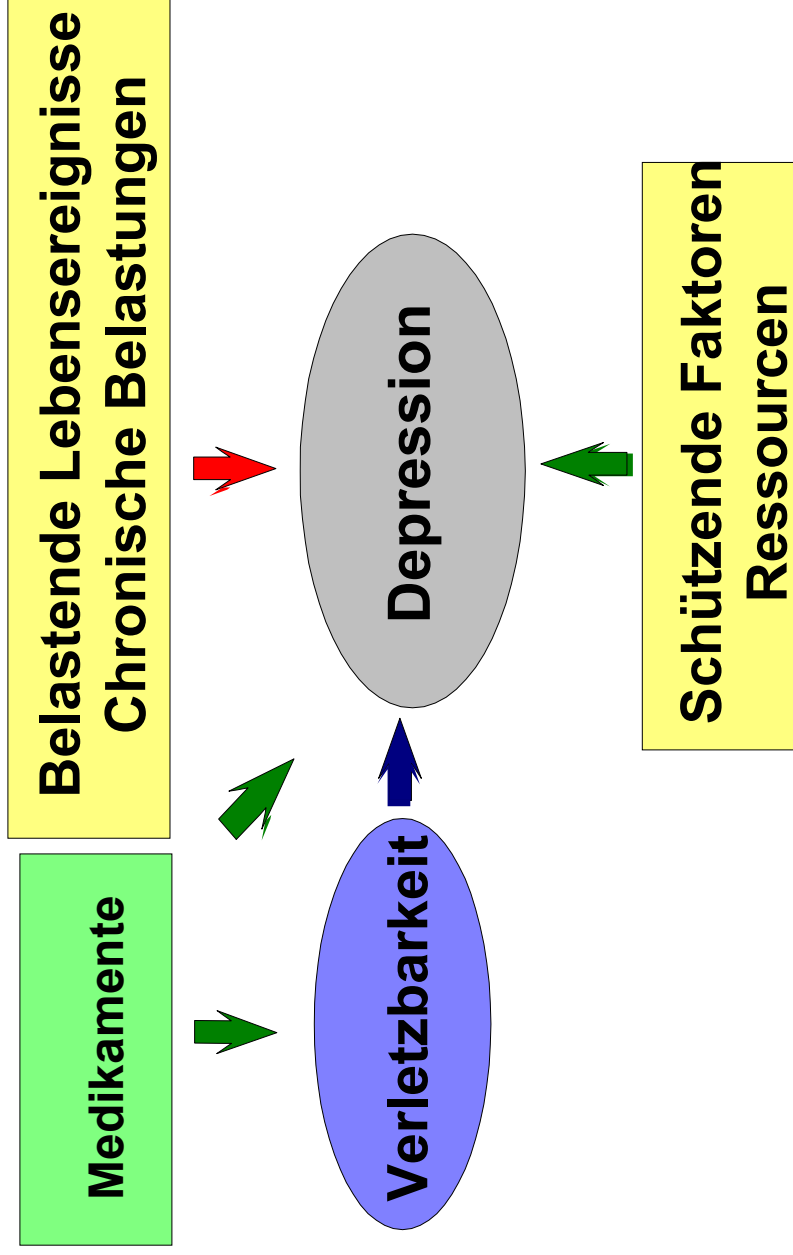
“ Mir geht es schon wieder besser, ich brauche die Medikamente nicht mehr. ”

“ Die anderen können mir ansehen, dass ich Psychopharmaka einnehme. ”

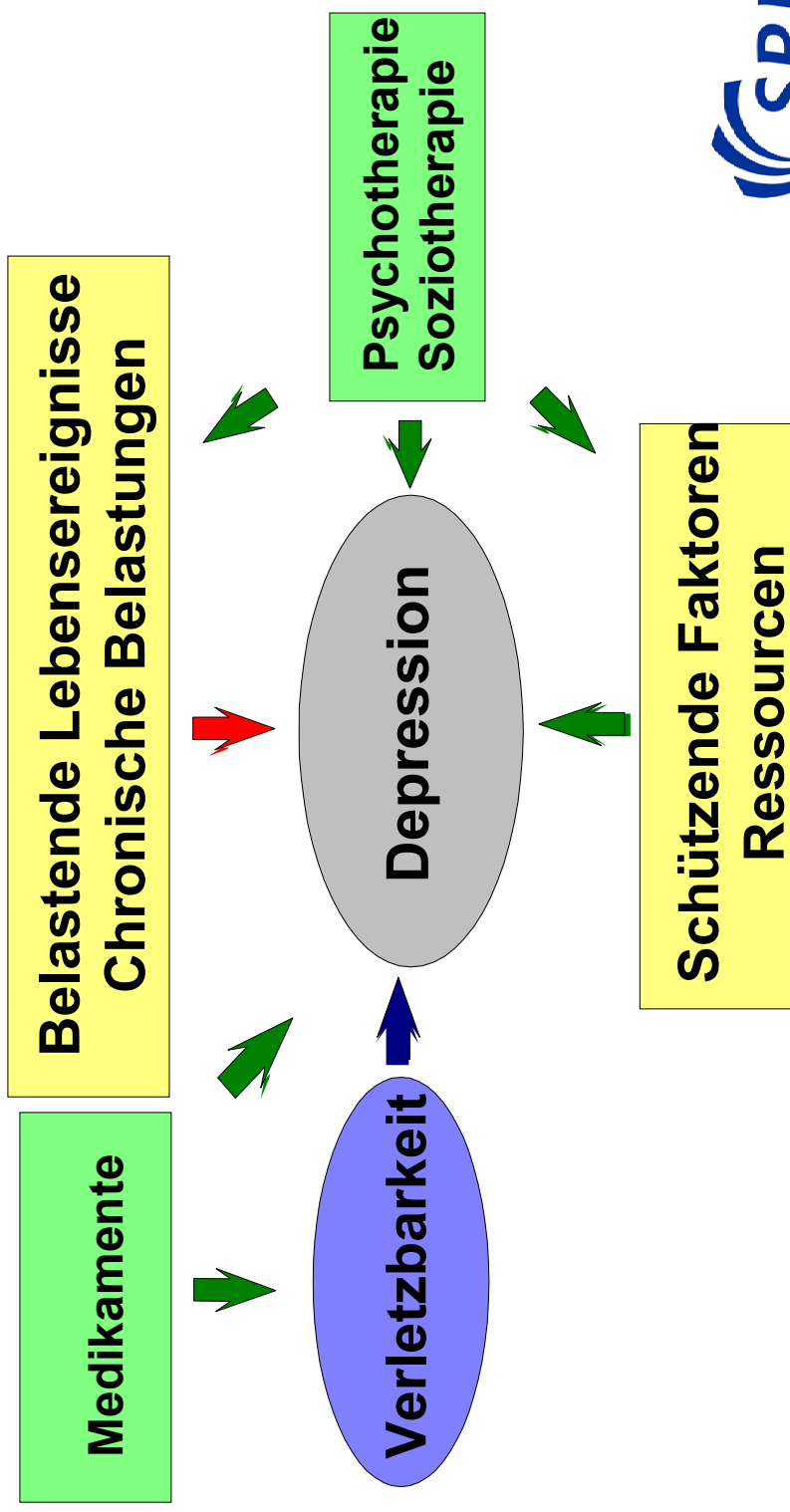
“ Die Nebenwirkungen sind unerträglich. ”

“ Ich arbeite wieder, da behindern mich die Medikamente ”

Behandlungsansätze der Depression



Behandlungsansätze der Depression



Psychotherapieformen

- Einzeltherapie
 - Verhaltenstherapeutische Therapie
 - Interpersonelle Psychotherapie
 - Gesprächspsychotherapie
 - Tiefenpsychologische Psychotherapie
- Gruppentherapie
- Paar- und Familientherapie
- Mutter-Kind-Therapie (Schwangerschaftsdepression)

Weitere Therapieformen

- Bewegungs- und Sporttherapie
- Schlafentzugstherapie
- Lichttherapie
- Nervus Vagus Stimulation
- Transkranielle Magnetstimulation
- Elektrokrampftherapie

Behandlung von Frau Helga M.

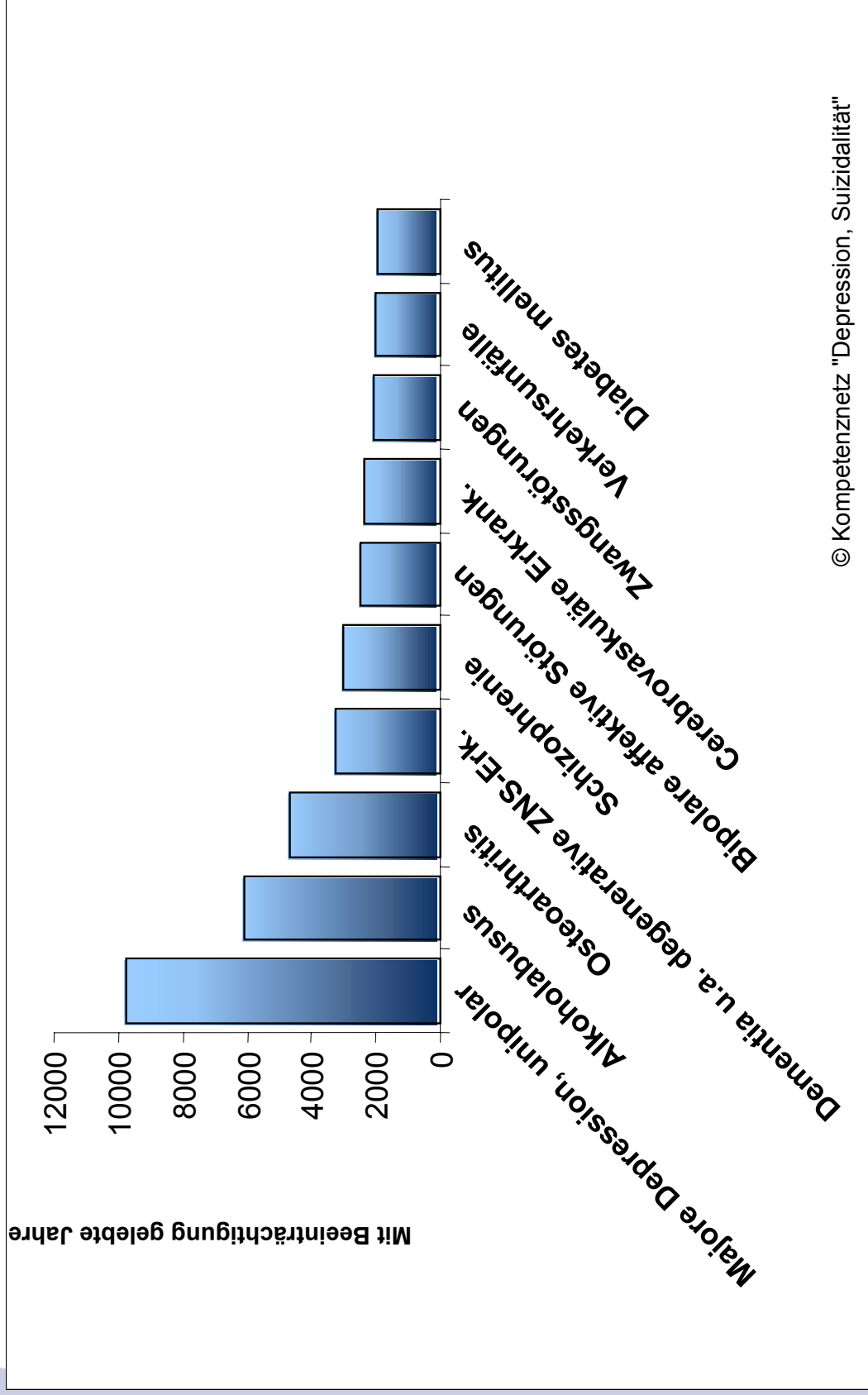


- 2 Wochen Selbsttherapie
- Vorstellung beim Hausarzt wg. körperlicher Beschwerden
 - Ausschluss körperlicher Ursachen
- Vorstellung bei Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie
 - Beratung über Erkrankungsbild
 - Beratung über Behandlungsmöglichkeiten
 - Behandlungsbeginn mit Antidepressivum
 - Initiierung einer psychotherapeutischen Behandlung
- Nach 3 Wochen keine Besserung
 - Wechsel des Antidepressivums
- 2 Wochen später Beginn der Psychotherapie
- Zu dieser Zeit auch leichte Besserung
- Nach 8 Wochen ist Fr. M. wieder wie immer
- Beendigung der Einnahme des Antidepressivums nach 6 Monaten
- Beendigung der Psychotherapie nach einem Jahr

Fragen

- Was ist eine Depression ?
- Wie verlaufen Depressionen ?
- Wie entstehen Depressionen ?
- Können Depressionen behandelt werden ?
- Ist die Depression wirklich eine Volkskrankheit ?

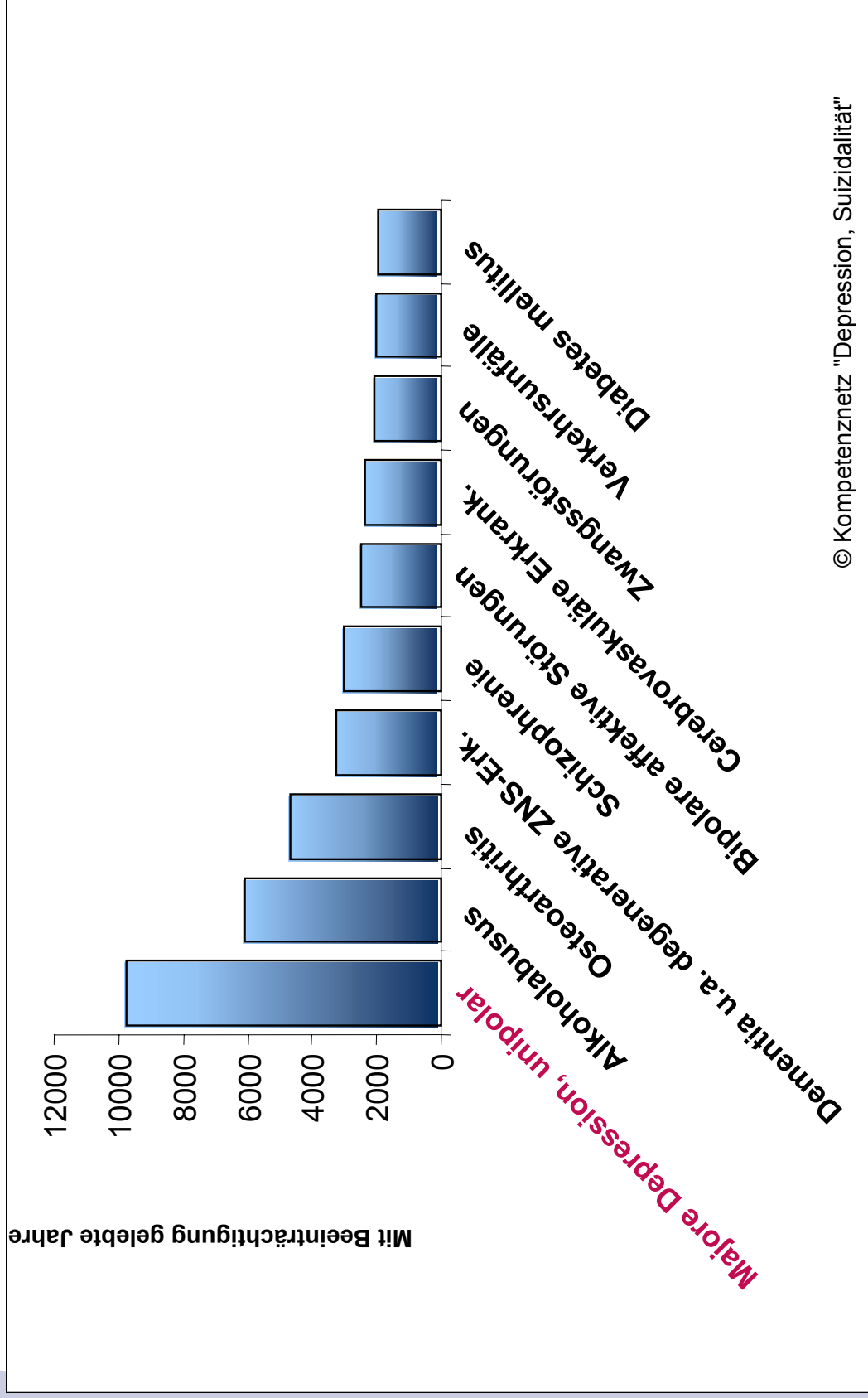
Belastung durch Krankheiten WHO-Studie:



© Kompetenznetz "Depression, Suizidalität"

Murray & Lopez (1996)

Belastung durch Krankheiten WHO-Studie:



© Kompetenznetz "Depression, Suizidalität"

Murray & Lopez (1996)

Wie viele Menschen sind betroffen ?

- Fünf Prozent der Bevölkerung in Deutschland erfüllen aktuell die Kriterien einer depressiven Störung
 - D.h. am heutigen Tag sind etwa vier Millionen Bundesbürger erkrankt
- Mehr als 10% Prozent der Bundesbürger erkranken einmal oder mehrmals in ihrem Leben an einer schweren depressiven Episode
 - D.h. weitere zehn Millionen Bundesbürger werden bis zum 65. Lebensjahr eine Depression erleiden

Internetadressen

- <http://www.buendnis-depression.de/index.php>
- <http://www.kompetenznetz-depression.de/>

Teilnehmende Organisationen

- Angehörige psychisch Kranker Fr. Bräunling
- Psychosoziale Beratungsstelle Ettlingen Fr. Fütterer-Metzger
- Arbeitskreis Leben Karlsruhe Fr. Stumm
- Al Anon Fr. Kaestel
- Integrationsfachdienst Karlsruhe Fr. Biesinger
- Sozialpsychiatrischer Dienst, Ettlingen Fr. Vrtaric-Miletic
- Johanneshaus Bad Wildbad Frau Hampel
- Buchhandlung „Lettera“

Unterstützende Organisationen

- AOK – die Gesundheitskasse Baden-Württemberg, Karlsruhe
- Volkshochschule Karlsbad

Mitarbeiter/innen des Klinikums

- **Pflegeteam:** Frau Dengler
Frau Hepperle
Frau Knab-Weiker
 - **Klinikseelsorge:** Frau Scholz
 - **Ergotherapie:** Herr Holtzhausen
Fr. Herzog
 - **Musiktherapie:** Herr La Deur
 - **Sekretariat:** Fr. Höger
 - **Technik:** Herr Biener
Herr Jurda
 - **Patientenberatung:**
 - **Bewegungstherapie:**
 - **Ärztlich/psychologisch:**
 - **Organisation:**
- Herr Vogel
Fr. Reeb
Frau Hotz
Frau Banzerus
Frau Dr. Lindemann
Frau Dr. Müllensiefen
Herr Fetzer
Frau Krieglstein
Frau Halbeis
Fr. Kiesinger