



Patienten klagen manchmal nur über Schmerzen oder Schlafstörungen, verschweigen aber, dass auch ihre Seele leidet. Depressionen sollten ärztlich abgeklärt werden.

Depressionen

Krankheit mit vielen Gesichtern

Depressionen sind sehr häufig – aber nur ein Viertel aller depressiven Patienten wird entsprechend behandelt.

Studien der Medizinischen Universitätsklinik Heidelberg zeigen: Nur jeder vierte depressive Patient wird psychotherapeutisch oder medikamentös behandelt. Erschreckend, denn ohne Therapie besteht die Gefahr, dass die Depression chronisch wird.

Warum werden Depressionen oft gar nicht – oder nicht rechtzeitig – erkannt? Experten nennen als einen Grund, dass viele depressive Patienten beim Arzt über körperliche Beschwerden wie Schmerzen, Schlaflosigkeit oder Appetitlosigkeit klagen, ihr seelisches Befinden

jedoch verschweigen. Erschwerend kommt hinzu, dass die Depression viele Gesichter hat, also nicht immer auf den ersten Blick diagnostiziert werden kann.

Schlecht drauf oder seelisch krank?

„Eine depressive Verstimmung von einer Depression zu unterscheiden, kann eine Gratwanderung sein“, bestätigt auch Frank Meyer, Leitender Psychologe der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster. „Stehen depressive Symptome in engem Zusammenhang

mit einer außergewöhnlichen Belastung wie einer chronischen Krankheit, wird dies zunächst als normale Reaktion angesehen. Erst wenn die Symptome unverändert über mehrere Monate anhalten, gilt es als krankhaft.“

Auch bei saisonal abhängigen Depressionen in den Herbst- und Wintermonaten ist die Abgrenzung zur depressiven Verstimmung oft schwer. Gleiches gilt für postpartale Depressionen, an denen zwei von 1.000 frisch gebackenen Müttern kurz nach der Entbindung erkranken, und für Depressionen in den Wechseljahren in Folge hormoneller Veränderungen.

Symptome können Aufschluss geben

Zu den Hauptsymptomen von Depressionen gehören Niedergeschlagenheit, emotionale Leere, Antriebslosigkeit, Verlust des Selbstvertrauens, wiederkehrende Gedanken an den Tod, Früherwachen und Morgentief, Konzentrationsstörungen sowie Appetit- und Libidoverlust.

Wenn Depressionen erkannt werden, können sie Erfolg versprechend therapiert werden. „Im Akutfall von leichteren bis mittelschweren Depressionen erzielen verhaltenstherapeutische und medikamentöse Behandlungen ähnlich gute Ergebnisse“, weiß Frank Meyer. „Längerfristig, bei chronischen und schweren Depressionen, hat sich eine Kombinationsbehandlung aus kognitiver Verhaltenstherapie und Antidepressiva bewährt.“