

Depression (I): Merkmale, Risikofaktoren, Erklärungsmodelle

# Stille Krankheit

## Depression

Schwere Depressionen treten heute zehnmal häufiger auf als noch vor 50 Jahren und sind, mit all ihren Formen, die häufigste psychische Krankheit überhaupt. Doch diese meist stille Krankheit wird von Ärzten und Pflegenden oft nicht erkannt. Im folgenden erläutern wir die Merkmale der Depression, die Risikofaktoren und einige der neuesten Erklärungsmodelle.

FRED ARM

*«Ich bin so müde, sterbensmüde. Die kleinste Bewegung, die einfachsten Handlungen, wie Post holen oder Haare waschen, fallen mir unsäglich schwer. Manchmal sitze ich Stunde um Stunde einfach am Tisch, den Kopf auf den Armen.» Das schildert die 60jährige Patientin Frau E. – nicht etwa dem Spitalarzt oder einer Pflegenden, sondern ihrer Nichte. Einmal mehr ist sie notfallmässig ins Bezirksspital eingewiesen worden mit Verdacht auf Lungenembolie. Ihr Hausarzt ist vor acht Jahren gestorben, einen neuen mag sie sich nicht suchen, weshalb sie zwischen den Spitalaufenthalten zu Hause allein herumwurstelt.*

*Dort nimmt sie Librium, wirft Briefchen mit Kafa ein – und weiss nicht, dass ihr mit einer gezielten Depressions-Therapie geholfen werden könnte, weil keiner der Ärzte oder Pflegenden der letzten zehn Jahre je bemerkt hat, dass hier neben der Lungenkrankheit eine schwere Depression vorliegt. Sie hat sich völlig zurückgezogen, lässt niemanden, auch ihre Nichte nicht in die Wohnung, gerät in Panik, wenn der Hausbesitzer im Wohnblock ist, weil in ihren drei Zimmern das Chaos herrscht. Sie hat nicht mehr die Energie, Zeitungen zu bündeln, Flaschen zu entsorgen oder für sich zu kochen. Sie macht kein Licht am Abend, damit Nachbarn nicht merken, dass sie zu Hause ist, nimmt auch das Telefon nur noch selten ab. Interessanterweise er-*

*holt sie sich jeweils im Spital physisch und psychisch zur Überraschung aller Betreuungspersonen sehr schnell, empfängt die Besuche ihrer Nichte, der Bekannten und Nachbarn gerne und blüht richtiggehend auf.*

### Aus den Tiefen der Seele

Depression, so scheint es, kommt aus geheimnisvollen Tiefen der Seele; sie rührt existentielle Fragen des Menschseins auf. Für den Philosophen *Friedrich Nietzsche* war Depression als «Geist der Schwere» der Dämon schlechthin. Im 18. Jahrhundert versuchte man diesem Bild entsprechend, depressiven Menschen die unheimliche Schwere mit drehenden Stühlen oder rotierenden Rädern auszutreiben (siehe Literaturliste [7], S. 48).

Der amerikanische Schriftsteller *William Styron* erkrankte an einer schweren Depression, nachdem er seine Alkoholsucht aufgegeben hatte. Im Gegensatz zur eingangs geschilderten Patientin war seine Diagnose schnell klar, denn Suchttherapeuten ist bekannt, dass eine depressive Gefühlslandschaft meist den Nährboden für Süchte aller Art bildet. Trotz des Wissens darum beschrieb Styron seine Krankheit als «eine Störung des Gefühlslebens, die so geheimnisvoll schmerzhaft ist und so schwer fassbar, dass sie sich beinahe jeder Beschreibung widersetzt» [1/14]. Im Zentrum seines Erlebens stand der Selbsthass, der Mangel an Selbstachtung und mit dem Fortschreiten der