



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

„Berufsverbot für Depressive?“ titelte kürzlich FOCUS online. Mit dem „Notfall Psyche“ beschäftigte sich die TV-Sendung „Hart aber fair“ und „Wie Entzündungen Depressionen auslösen“ untersuchte der SPIEGEL ONLINE. Durch den tragischen Suizid des Copiloten der abgestürzten Germanwings-Maschine Andreas Lubitz, der 149 Menschen mit sich in den Tod riss, ist das Thema Depression wieder in aller Munde. Ähnlich medial präsent war es bereits nach den Freitoden der Fußballprofis Andreas Biermann und Robert Enke. Auch wir beschäftigen uns in dieser Ausgabe von ProAlter mit dem Thema und lassen wie immer unterschiedliche Experten zu Wort kommen.

Rund vier Millionen Menschen sind in Deutschland von einer Depression betroffen, jüngere ebenso wie ältere. Im Alter kommen allerdings für die Diagnose und Behandlung einige erschwerende Faktoren hinzu: Die Abgrenzung zwischen Depression und Demenz kann aufgrund ähnlicher Symptomatik eine große Herausforderung sein, erklärt der Vorstandsvorsitzende der Stiftung Deutsche Depressionshilfe Ulrich Hegerl. Außerdem seien ältere Menschen mit Depressionen besonders suizidgefährdet. Und obwohl depressive Störungen neben den Hirnleistungsstörungen zu den häufigsten psychischen Störungen im höheren Lebensalter zählen, ist die Qualität der Versorgung niedrig, beklagt der Düsseldorfer Psychiater Martin Haupt. Mangelnde Diagnostik und wirksame Behandlung seien unter anderem auf die symptomatischen Besonderheiten der Depression im Alter zurückzuführen. Auf diese müssten die behandelnden Ärzte besonders achten, denn allzu häufig klagen ältere Menschen beim Arztbesuch eher über somatische als psychische Leiden. Wenn die Depression dann nicht erkannt wird, kann es auch keinen Zugang zu einer entsprechenden medikamentösen und psychotherapeutischen Versorgung geben.

Diese Versorgung ist aber nicht nur für die Be-

troffenen, sondern auch für die Angehörigen und die Mitarbeitenden in der Altenhilfe wichtig, weil sie in ihrem (Arbeits-)Alltag im Umgang mit depressiv Erkrankten einem besonders hohen Druck ausgesetzt sind. Denn Menschen mit Depressionen verlangen oft unbewusst nach einem Gegenüber, das der Depression standhält und sich nicht zurückzieht. Welche Prozesse hierbei ablaufen, sagt Christian Müller-Hergl. Der Experte für gerontopsychiatrische Pflege erläutert, dass Pflegende und Angehörige lernen müssen, für die eigene seelische Gesundheit zu sorgen und eine sozial bezogene Autonomie zu entwickeln. Um sich selbst vor einer Depression zu schützen, benötigen sie eine hohe Widerstandsfähigkeit, die sogenannte Resilienz. Die Resilienztrainerin Sabine Horn weiß, wie Pflegekräfte bei der Selbstwahrnehmung und -pflege unterstützt werden können.

Eine Expertin in eigener Sache ist unsere Mitarbeiterin Annette Scholl, die uns für ein Interview zur Verfügung stand. Annette Scholl war selbst an einer Depression erkrankt und erlitt in Folge ein Burnout. Sie hat sich entschieden, offen über ihre Depression zu sprechen und damit auch im Kollegenkreis für Verständnis zu sorgen. Sie erzählt, wie es sich anfühlt, „erstarrt zu sein“ und die eigene Leistungsfähigkeit schwinden zu sehen, und berichtet von hilfreichen Therapien sowie der besonderen Unterstützung durch Angehörige.

Wir wünschen Ihnen beim Lesen hilfreiche Einsichten und hoffen, dass wir mit dieser Ausgabe zur Aufklärung beitragen – sowohl bei den Betroffenen als auch bei Pflegenden, Angehörigen, Arbeitgebern und Kollegen von Menschen mit Depression.

Ihr

Dr. h. c. Jürgen Gohde

Vorstandsvorsitzender des KDA