

Kranke Psyche – falsche Bilder

GESUNDHEIT Psychische Erkrankungen kommen recht häufig vor. Fast ebenso häufig herrschen in der Öffentlichkeit falsche Vorstellungen darüber. Ihren schlechten Ruf werden diese Krankheiten nicht los.

RAHEL LÜÖND
wissen@luzernerzeitung.ch

Magdalena Berkhoff ist auf Patientenbesuch. In einem Zimmer spricht sie mit einer jungen Frau über Alltägliches: das Wetter, die Familie. Ein ganz normales Gespräch, wie es jeden Tag tausendfach geführt wird. Am Rande erwähnt die Patientin einen komischen Geschmack nach Chemie im Mund. Das lässt die Chefin der Psychiatrischen Klinik Zugersee aufhorchen. Später, als Magdalena Berkhoff die Patientin darauf anspricht, erzählt diese, dass sie von den Mitarbeitern vergiftet werde. Sie ist in Todesangst, fühlt sich verfolgt. Für die Chefin ist klar: Die Patientin hat Symptome einer Schizophrenie.

Das Beispiel zeigt, dass psychische Erkrankungen bei weitem nicht immer offensichtlich sind. Eine andere Person, die nicht auf die Erkennung solcher Symptome spezialisiert ist, hätte die Krankheit vermutlich gar nicht erkannt. Die Patientin dürfte mit vielen anderen Menschen vorher und nachher gesprochen haben, ohne dass dem Gesprächspartner etwas Aussergewöhnliches aufgefallen wäre.

Die Patienten, die bei Magdalena Berkhoff und ihren Kollegen in Behandlung sind, versuchen in der Mitte der Gesellschaft ein ganz normales Leben zu führen. Schliesslich machen sie einen Grossteil der Gesellschaft aus. Jeder Zweite ist irgendwann in seinem Leben von einer psychischen Krankheit betroffen, schätzen breit abgestützte Studien. Trotzdem sind diese Menschen nach wie vor grossen Vorurteilen ausgesetzt und werden am Arbeitsplatz diskriminiert. Ein beträchtlicher Teil der Krankheiten bleibt deshalb unbehandelt.

Depression am häufigsten

An Schizophrenie erkrankt etwa 1 Prozent der Bevölkerung. Auf ein Dorf mit 2000 Einwohnern, in dem praktisch jeder jeden kennt, kommen also etwa 20 schizophrene Personen. Noch viel



«Die Unerklärlichkeit ruft archaische Ängste hervor.»

MAGDALENA BERKHOFF,
CHEFÄRZTIN PSYCHIATRISCHE
KLINIK ZUGERSEE

häufiger sind aber andere Krankheiten. In besagtem Dorf leiden statistisch gesehen 400 Menschen irgendwann in ihrem Leben an einer Depression, noch einmal so viele haben ein Suchtproblem. Gut 300 Personen haben ein körperliches Leiden, das medizinisch nicht erklärbar ist (somatoforme Störung).

Die Zahlen sind im ersten Augenblick schockierend – allerdings nur, weil wir falsche Vorstellungen davon haben. Psychische Krankheiten sind genauso unterschiedlich wie körperliche, bei denen es von einer leichten Grippe bis zum unheilbaren Krebs alle möglichen Formen und Verläufe gibt.



Die innere Zerrissenheit ist von aussen nur selten sichtbar: Ein Grund mehr, weshalb über Psychischkranke viele Vorurteile kursieren.

Getty

Keine Zunahme feststellbar

Psychische Krankheiten, vor allem das Burn-out, wurden in den letzten Jahren medial oft thematisiert. Die Meinung ist deshalb verbreitet, dass psychische Krankheiten zugenommen haben. Effektiv gibt es aber keine Zahlen, die das bestätigen. Vielmehr zeigt die medizinische Statistik des Bundesamtes für Statistik, dass sich zwischen 2002 und 2011 konstant etwa 0,8 Prozent der Bevölkerung in psychiatrischer Hospitalisierung befanden. Ein Fachartikel in der Zeitschrift «Psychotherapeut» im Jahr 2013 stellte fest: «Psychische Störungen haben an Bedeutung gewonnen, ohne dass dies notwendigerweise einer realen allgemeinen Zunahme entspricht.»

Dass wir viel mehr über Blinddarmentzündungen als über Depressionen wissen, hat gute Gründe. Magdalena Berkhoff erklärt es so: «Psychische Erkrankungen treffen uns im Zentrum unserer Persönlichkeit. Sie belasten das Selbstwertgefühl und die Beziehungen zu unseren Liebsten. Manche Krankheiten verlaufen in Phasen, sind schwierig vorhersehbar. Diese Unerklärlichkeit ruft archaische Ängste hervor.» So gibt es Menschen, die in ihrer Krankheit – beispielsweise einer Manie – plötzlich ganz anders handeln. Wird eine Ehefrau

Zugenommen haben allerdings die Arbeitsausfälle aufgrund psychischer Erkrankungen wie auch die Behandlungen im Allgemeinen. Besonders Depressionen und Suchterkrankungen werden häufiger als früher behandelt.

Kürzere Klinikaufenthalte

Grundlegend gewandelt hat sich ausserdem das Behandlungssystem: Während vor 30 Jahren noch Langzeittherapien üblich waren, integrieren sich heute Betroffene relativ schnell wieder in ihren Alltag. Vor 30 Jahren betrug die durchschnittliche Aufenthaltsdauer in der Psychiatrischen Klinik Zugersee 135 Tage. 2014 waren es nur noch 32 Tage.

von ihrem sonst so liebevollen Mann plötzlich beleidigt, kann das tiefe Wunden in die Beziehung reissen.

Schlechter Ruf

Zu der Belastung der eigenen Persönlichkeit und der Beziehung zu den Nächsten kommt die Stigmatisierung durch die Gesellschaft. Ein aktuelles Beispiel zeigt das deutlich: Nachdem ein Germanwings-Pilot mit Flugzeug und Passagieren in einen Felsen gesteuert ist, kamen seine Depressionen ans Licht. Kann man einem depressiven

10 Schritte für eine gesunde Psyche

TIPPS Die Gesundheitsdirektion des Kantons Zug hat im Rahmen ihrer Strategie «Psychische Gesundheit 2013 bis 2020» unter anderem die folgenden zehn Schritte für eine gesunde Psyche publiziert:

- Sich selbst annehmen
- Aktiv bleiben
- Darüber reden
- Mit Freunden in Kontakt bleiben
- Etwas Kreatives tun
- Sich nicht aufgeben
- Sich beteiligen
- Sich entspannen
- Um Hilfe fragen
- Neues lernen

Mann solch eine Verantwortung übergeben? Hätte das der Arbeitgeber nicht voraussehen müssen? Solche Fragen werden nach einem Unglück dieser Art intensiv diskutiert.

Nur wenige sind unberechenbar

Für Julius Kurmann, Chefarzt Stationäre Dienste bei der Luzerner Psychiatrie, untermauern solche tragischen Ereignisse die Vorurteile gegenüber Menschen mit psychischen Erkrankungen: «Viele glauben, Menschen mit psychischen Erkrankungen könne man nicht vertrauen, da sie nicht logisch und nachvollziehbar handeln können. Die Tatsache ist aber, dass nur die wenigsten Menschen mit psychischen Erkrankungen unberechenbar sind.» Effektiv werden die meisten Gewalttaten von Menschen ausgeübt, die nicht psychisch krank sind.

Den schlechten Ruf von psychischen Krankheiten führt Julius Kurmann unter anderem auf folgendes Vorurteil zurück: «In der Bevölkerung glaubt man allgemein, dass Menschen mit psychischen Erkrankungen selbst gewollt in diese Krankheiten flüchten, dass man mit dem eigenen Willen etwas dagegen tun könnte. Das ist aber kompletter Unsinn.» Auf die Betroffenen hat das wiederum tief greifende Auswirkungen: «Die Angst vor Stigmatisierung führt zur Verleugnung und zum Rückzug, was wiederum die Krankheitssymptome verstärken kann», erklärt Magdalena Berkhoff.

Schlechtere Chancen auf Arbeit

Betroffene Menschen werden auch zögerlicher eingestellt, teils aufgrund ihres verminderten Selbstwertgefühls, teils aufgrund von Vorurteilen der Arbeitgeber. Tatsächlich ist es so, dass die Arbeitsausfälle in den letzten Jahren zugenommen haben. Entgegen einer weit verbreiteten Meinung gibt es aber keine verlässlichen Hinweise darauf, dass die psychischen Erkrankungen zugenommen haben (siehe Box).

Angesichts der Tragweite des Problems, die sich durch Arbeitsausfälle, Therapiekosten und Gesundheit der Bevölkerung äussert, sind gesellschaftspolitische Lösungen gefragt. Kantone und Bund haben schon mehrfach die Initiative ergriffen, um für das Thema zu sensibilisieren. Auch Julius Kurmann ist überzeugt, dass sich die Gesellschaft mit psychischen Krankheiten auseinandersetzen muss, nicht lediglich die Fachärzteschaft. So seien beispielsweise Burn-outs in den vergangenen Jahren aufgrund des gesellschaftlichen Leistungsdrucks immer mehr zu einem Thema in der Allgemeinbevölkerung geworden.

Es gibt auch immer wieder Menschen, die aufgrund eines klaren Auslösers – wie einem negativen Asyl- oder Rentenentscheid – suizidal werden. «Das sind politische Entscheide, die direkte Auswirkungen auf die Psyche der Menschen haben», so Julius Kurmann. Es sei deshalb wichtig, dass auch die Politik sich mit diesen Problemen auseinandersetze.