

Psychiater: „Trauen Sie sich zu uns“

Gesundheitstalk. Angst und Depression: Experten betonen, wie wichtig es ist, frühzeitig Hilfe in Anspruch zu nehmen. Scham helfe weder Betroffenen noch ihren Angehörigen

MEDUNI WIEN

Hoffnung bei der Diagnose Alzheimer: Hirnstimulation mittels Magnetfeld



Podium: Gabriele Fischer (MedUni Wien), Rudolf P. Wagner (pro mente Wien), Gabriele Kuhn (KURIER), Stephan Doering (MedUni Wien, v. li. n. re.)

VON ERNST MAURITZ

„Wie erkenne ich bei einer Angststörung, welche Psychotherapie für mich die richtige ist?“ – das fragte einer der 230 Teilnehmer beim Gesundheitstalk „Angst und Depression“ von KURIER, MedUni Wien und Novartis im Van-Swieten-Saal der MedUni Wien.

„Sie müssen zu dem Therapeuten ein Vertrauensverhältnis aufbauen können“, antwortete Univ.-Prof. Stephan Doering, Uniklinik für Psychoanalyse und Psychotherapie der MedUni Wien. „Schauen Sie sich zwei, drei Psychotherapeuten an und wählen sie dann denjenigen, bei dem sie das Gefühl haben, da fühle ich mich wirklich verstanden und angenommen, da kann ich mich öffnen. Das ist wichtiger als die jeweilige psychotherapeutische Schu-

weiteres Thema der Diskussion. Etwa dann, wenn ein Kind nicht mehr in die Schule gehen will. „Schauen Sie zunächst, ob es nur einen einzelnen konkreten Anlass gibt – etwa eine Schularbeit, auf die das Kind nicht vorbereitet war“, sagte Univ.-Prof. Gabriele Fischer (Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der MedUni Wien). „Oder gibt es noch andere Merkmale – etwa Schlafstörungen.“ Ein Warnzeichen kann auch ein sehr frühzeitiger Beginn mit dem Zigaret-

Video-Aufzeichnung

Auf kurier.at

Eine Video-Aufzeichnung des Gesundheitstalks finden Sie auf kurier.at/wissen, eingebettet in der Online-Version dieses Artikels.

Nächste Veranstaltung

tenkonsum sein: „Das kann manchmal ein eigener Bewältigungsmechanismus sein, wenn sich Jugendliche unruhig fühlen und glauben, mit Belastungen nicht zurechtzukommen.“

„Eine unserer zentralen Botschaften ist: Trauen Sie sich zu uns, wenn Sie unsicher sind“, betonten Fischer und Doering unisono. Für viele Menschen bedeute es immer noch eine enorme Überwindung – „eine Hürde“ –, einen Psychiater oder Psychotherapeuten aufzusuchen: „Aber wenn man krank ist oder einen entsprechenden Verdacht hat, darf man keine Scham haben, sich zu erkundigen und Hilfe in Anspruch zu nehmen.“

Später heißt schlechter

Das betonte auch Rudolf P. Wagner, Geschäftsführer von pro mente Wien ([## „Zwischen dem ersten Auftreten von Symptomen und der ersten Behandlung vergehen oft Jahre.“](http://www.promen-</p>
</div>
<div data-bbox=)

Rudolf P. Wagner
pro mente

der Verlauf – auch bei psychischen Erkrankungen.“

Aber gerade für Menschen, die schon verunsichert sind und in einem Gemütszustand sind, mit dem sie eigentlich nicht zurecht kommen – sei es Angst, Niedergeschlagenheit oder Antriebslosigkeit – sei es nicht selbstverständlich, dass sie sich Hilfe holen: pro mente bietet Beratung und auch Begleitung an: „Wenn ich mit jemandem reden kann, der eine Erkrankung aus eigener Anschauung kennt, fühle ich mich ernstge-

der Angehörigen ein: „Wenn wir ahnen, dass unser Kind oder unser Partner möglicherweise eine psychische Erkrankung hat, ist es zunächst einmal das Natürlichste auf der Welt, dass ich das zur Seite schiebe und sage, „ach, das wird schon nicht so schlimm sein“,“ sagte Doering. Und dann komme die nächste Hürde: „Wie sage ich es meinem Partner, wenn ich den Eindruck habe, dass er depressiv ist? Ertrage ich das überhaupt? Da brauchen sehr viele Angehörige Hilfe und Unterstützung.“ Eine Anlaufstelle sind z. B. die hpe-Vereine (Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter, www.hpe.at).

„Ganz stark betroffen sind oft junge Frauen mit kleinen Kindern“, berichtet Fischer. Ein neues Angebot für sie ist das Rehabilitationszentrum für psychiatri-

Patienten gesucht. Die Ethikkommission der MedUni Wien hat jetzt eine Studie zu einer neuen Alzheimertherapie mittels Hirnstimulation bewilligt. Eine an den Kopf gehaltene Spule erzeugt ein Magnetfeld, das die Hirnaktivierung auslösen soll. Die Leistungsfähigkeit des Gehirns soll auf diese Weise erhöht werden. „Erste Pilotdaten sind äußerst vielversprechend und die Methode ist medikations- und schmerzfrei“, sagt Studienleiter Univ.-Prof. Roland Beisteiner von Klinik für Neurologie.

Die Studie soll zunächst an Patienten mit leichteren Demenzformen durchgeführt werden. „Voraussetzung für eine Teilnahme ist eine fachärztliche Diagnose einer leichten Demenz.“ Der sogenannte MMSE-Testwert (Mini-Mental State Examination) sollte möglichst 20 oder höher sein. Auch Magnetresonanztomografien (MR) müssen angefertigt werden können (nähere Infos am Textende).

Bis zu 130.000 Menschen in Österreich sind derzeit von einer Demenz-Erkrankung betroffen, rund zwei Drittel davon von Alzheimer. Bis 2050 könnten es wegen der steigenden Lebenserwartung bis zu 270.000 Erkrankte sein. Durch einen gesünderen Lebensstil könnte dieser Anstieg möglicherweise geringer als prognostiziert ausfallen.

Als die sieben größten Demenz-Risikofaktoren gelten Diabetes, Bluthochdruck, starkes Übergewicht in der Lebensmitte, Bewegungsmangel, Depression, Rauchen sowie als siebenter Faktor niedriges Bildungsniveau und geringe geistige Aktivität. Derzeit kann der Verlauf der Erkrankung nur verzögert, aber nicht gestoppt werden.