

# **Vier bis fünf Millionen Menschen leiden bei uns aktuell an einer Depression**

Dr. Franz-Thomas Bopp referiert bei der Hospizgruppe Sigmaringen

SZ Sigmaringen

Mit einer Statistik eröffnete Dr. Frank-Thomas Bopp seinen Vortrag im evangelischen Gemeindehaus. Auf Einladung der Hospizgruppe Sigmaringen referierte der Chefarzt für Psychiatrie und Psychotherapie der SRH Kliniken des Landkreises über die signifikante Zunahme depressiver Erkrankungen in unserer Gesellschaft. Betrachtet man das gesamte bisherige Leben, so waren 17 Prozent der Erwachsenen im Alter von 18 bis 65 Jahren mindestens einmal an einer depressiven Störung erkrankt. Mit dem Alter steigt auch die Depressionsanfälligkeit. Bei den über 65-Jährigen leiden geschätzt zehn bis 15 Prozent an der Krankheit. Frauen erkranken zwei- bis dreimal so häufig an Depression wie Männer. Die Gründe für diese bemerkenswerte Zunahme sind vielfältig. Neben den Veränderungen in den Bindungen unter den Familienmitgliedern und einer geringeren Dauer sozialer Beziehungen haben gesteigerte berufliche Anforderungen und das neue Rollenverständnis der Frau ebenso zu dieser Zunahme beigetragen wie der gesellschaftliche Werteverlust verbunden mit größerer Orientierungslosigkeit und der höhere Alkohol- und Drogengebrauch. Zur Verschlimmerung der Situation trägt zusätzlich bei, dass Depressionen oft nicht erkannt oder auch falsch behandelt werden.

Depression im medizinischen Sinne ist eine ernsthafte Erkrankung, die neben der Psyche auch mit Störungen von Körperfunktionen und Leiden einhergeht. Sie ist behandlungsbedürftig. Anders als bei anderen Krankheiten kann man Depression meist nicht auf eine einzige Ursache zurückführen. Bei einem depressiven Patienten sind immer zwei Seiten, die körperliche und die psychosoziale Seite zu betrachten.

Entsprechend vielfältig sind auch die Behandlungsangebote. Neben der Medikamententherapie mit Antidepressiva sind psychotherapeutische Maßnahmen als Einzelbehandlung oder auch in einer Gruppe einsetzbar. Die Einbindung von Angehörigen besonders bei der Diagnose ist erstrebenswert. Mit Bewegung lässt sich eine gute Prophylaxe aufbauen. „Sport schlägt die Pille“, so einfach umschreibt Dr. Bopp das, was jeder als Teil seiner Eigenverantwortung einbringen kann. Das allgemeine Fazit des Mediziners: Depression kann jeden treffen, sie hat viele Gesichter und ist behandelbar.