

## DAS THEMA: Abendsprechstunde "Psychisch krank"

## INFO

## Hilfe und Kontakt

◆ **Kontakt- und Beratungsstellen** für Menschen mit einer psychischen Störung / Erkrankung sind ein kostenloses offenes, ambulantes Angebot im Netzwerk der sozialpsychiatrischen Hilfen. Es richtet sich auch an Angehörige, Partner und weitere Bezugspersonen. Sie bieten den BesucherInnen eine niederschwellige Möglichkeit zum Aufbau von Kontakten, zur Gestaltung des Alltags und zur Beratung in psychosozialen Belangen. Ziel ist es, der sozialen Isolation und Vereinsamung entgegen zu wirken. Die Mitarbeiter beraten, unterstützen und suchen mit den Besuchern nach Lösungen und Hilfen zur psychischen Gesundheit.

◆ **Im Kreis Recklinghausen** befinden sich die Kontakt- und Beratungsstellen in der Trägerschaft verschiedener Wohlfahrtsverbände.  
**Datteln** (Diakonie): Hohe Straße 18, ☎ 023 63 / 3 11 49.  
**Marl** (Caritas-Verband): Rappaportstraße 72, ☎ 023 65 7 96 35 57  
**Recklinghausen** (Barke gGmbH): Elper Weg 7, ☎ 023 61 / 9 21 00

◆ **Der sozialpsychiatrische Dienst des Kreises** steht Menschen zur Seite, die sich in Lebenskrisen zu verlieren drohen, die erkrankt sind in Depressionen, gefangen in Ängsten, alle sozialen Bezüge verlieren. Fachärzte und Sozialarbeiter/-innen, die mit psychologischen Problemen oder psychischen Erkrankungen vertraut sind, beraten und begleiten sie.  
**Kontakt:** Kurt-Schumacher-Allee 1 in Recklinghausen, Astrid Roth ☎ 023 61 / 53-21 43  
Elisabeth Rangosch, ☎ 023 61 / 53-21 48  
Bettina Nottbeck, ☎ 023 61 / 53-21 41  
Iris Surma-Stratmann, ☎ 023 61 / 53-23 41

◆ **Beratungsstellen** des sozialpsychiatrischen Dienstes gibt es in allen Städten des Kreises Recklinghausen.  
**Datteln:** Heibeckstr. 3, Brigitte Fox, ☎ 023 63 / 37 29-76 19  
Sabine Meyers ☎ 0 23 63 / 37 29-76 20  
**Herten:** Kurt-Schumacher-Str. 28, Ursula Krell ☎ 0 23 66 / 10 56-80 10  
Dagmar Schlutter ☎ 023 66 / 10 56-80 11  
**Marl:** Lehmbecker Pfad 35, Peter Radas ☎ 023 65 / 935-75 31  
Gerrit Jütte ☎ 023 65 / 935-75 32  
**Oer-Erkenschwick:** Rathausplatz 1, Brigitte Fox, (Mi. 14 - 15 Uhr) ☎ 023 68 / 98 86-82 11  
**Waltrop:** Im Sauerfeld 6, Sabine Meyers ☎ 0 23 63 / 37 29-76 20

## BEI UNS IM NETZ

## Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des **MEDIENHAUSES BAUER** war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

☉ www.gesund-im-vest.de



Das Bedürfnis über psychische Erkrankungen, über die Möglichkeiten der Behandlung und die Grenzen der Hilfe, informiert zu werden, ist groß. Zur Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer in Kooperation mit dem Diakonischen Werk kamen über 200 Interessierte in den großen Sitzungssaal des Recklinghäuser Rathauses. —FOTOS: MARCEL KUSCH (4)

# „Keine Angst vor dem Psychiater“

## Depressionen und Psychosen: Wenn die Zentrale unserer Gefühle aus dem Ruder läuft

VON HEIDI MEIER

**Psychisch krank – diese Diagnose stellen Ärzte immer häufiger. Eine Volkskrankheit ist auf dem Vormarsch. So war es denn auch längst überfällig, das Thema auf die Agenda der Abendsprechstunden des Medienhauses Bauer zu setzen. Am vergangenen Montag war es so weit – und der Andrang bestätigte die Eingangssätze dieses Artikels: Der große Sitzungssaal des Recklinghäuser Rathauses platzte aus allen Nähten.**

Angehörige von psychisch Kranken, Männer und Frauen, die entsprechende Veränderungen an sich oder Menschen in ihrem direkten Umfeld wahrnehmen, aber nicht wirklich einordnen können, die mehr wissen wollten über Wesen, Ursachen und Behandlung psychischer Erkrankungen – sie alle waren der Einladung unseres Hauses sowie des Diakonischen Werkes Recklinghausen gefolgt. Depressionen und Psychosen standen an diesem Abend



Dr. Michael Meyer.

im Mittelpunkt des Vortrags von Dr. Michael Meyer, niedergelassener Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie aus Recklinghausen. Beide spielten sich in den Tiefen des Gehirns im limbischen System ab, der Zentrale unserer Gefühle die unser emotionales Verhalten steuert. Dies geschieht durch Botenstoffe, sogenannte Neurotransmitter, die elektrische Impulse von einer Nervenzelle zur nächsten leiten: Dopamin und Serotonin. Wie der

Facharzt weiter ausführte, geraten sie bei psychischen Erkrankungen aus der Balance. Bei Psychosen könne man eine Überaktivität des Dopamins feststellen, bei Depressionen einen Mangel. Die bei beiden Erkrankungen eingesetzten Medikamente versuchten, diesen Mechanismus zu beeinflussen.

Depressionen, so Dr. Meyer, sind für Laien oft nicht eindeutig erkennbar. Sie setzen manchmal scheinbar unbegründet ein oder würden ausgelöst durch zwischenmenschliche Auseinandersetzungen, organische Beeinträchtigungen (das kann auch die Menstruation sein), durch jahreszeitliche Veränderungen und andere „äußere“ Ereignisse.

Die Betroffenen sind innerlich angespannt, stressempfindlich, nervös bis hektisch, gelegentlich auch überaktiv, meist aber unproduktiv, manche auch ruppig bis aggressiv. Sie empfinden Unmut, ein undefinierbares Unwohlsein, haben unklare körperliche Missempfindungen, ihre Stimmung ist labil, häufig auch ängstlich und hoff-

nungslos. Hinzu kommen Appetitlosigkeit und Schlafstörungen. Auch eine Gefühlsverarmung und Rückzugstendenzen bis hin zu autistischem Verhalten, könne man feststellen. „Wenn das länger als 14 Tage andauert, müssen Sie zum Arzt“, machte Dr. Meyer klar, dass sich Depressionen von vorübergehender Traurigkeit oder Lustlosigkeit, wie sie alle Menschen mal erleben, unterscheiden und behandelt werden müssen.

### Medikamente und Therapien

Dafür stünden neben gut wirksamen Medikamenten, die heutzutage längst nicht mehr so viele Nebenwirkungen hätten, wie in früheren Zeiten, die Gesprächstherapie, Lichttherapie, Schlafentzug und körperliche Aktivierung in reizarmer Umgebung (z.B. lange Spaziergänge) zur Verfügung.

Psychotisch zu werden, bedeutet hingegen aus der Realität auszusteigen, sie verändert wahrzunehmen und zu

verarbeiten. Psychosen (oft auch synonym Schizophrenie genannt) können abhängig von inneren Wünschen und Ängsten und abhängig vom Lebenskontext ganz verschiedene Formen annehmen. Sie äußern sich in paranoidem Erleben, Betroffene haben zum Beispiel ständig das Gefühl, andere redeten über sie, kontrollierten oder verfolgten sie, hören Stimmen, die ihnen auch „Aufträge“ geben können, haben Halluzinationen oder fühlen sich von Strahlungen beeinträchtigt, können sich nicht entscheiden.

Auch Psychosen gehören in die Hände eines Facharztes. Der, so Dr. Meyer, kann sie individuell mit Medikamenten und Psychotherapie behandeln und dabei auch das soziale Umfeld des Patienten (Partnerschaft, Familie, Schule oder Arbeitsplatz) einbeziehen.

„Niemand muss Angst vor dem Psychiater haben“, betonte der Mediziner. „Ich allerdings habe Angst vor unentdeckten psychischen Erkrankungen, die gravierende Folgen haben können.“

## Der Steuerung entzogen

Eine psychische oder seelische Störung ist eine krankhafte Beeinträchtigung der Wahrnehmung, des Denkens, Fühlens, Verhaltens bzw. der Erlebnisverarbeitung oder der sozialen Beziehungen. Es gehört zum Wesen dieser Störungen, dass sie der willentlichen Steuerung durch den Patienten nicht mehr oder nur zum Teil zugänglich sind.

Psychische Störungen betreffen die Gefühle und das Denken entweder aufgrund seelischer Prozesse oder neuropsychiatrischer, systemischer oder hirnorganischer Erkrankungen.

Allerdings ist nicht jede Abweichung gleichzusetzen mit einer Störung mit Krankheitswert. Viele Menschen erleben über eine kurze Zeit leichte Stimmungsschwankungen, die sich von selbst zurückbilden und von den Betroffenen nicht als Krankheit erlebt werden. Auch gibt es Menschen, die unter einer schweren emotionalen Belastung depressive oder psychotische Episoden erleben und anschließend psychisch stabil weiterleben. Der Krankheitsbegriff ist in der Medizin unscharf definiert. (Quelle: Wikipedia)

## AUF EIN WORT

*Menschen wollen informiert werden*



VON BERND OVERWIEN

Dass es in über 100 Abendsprechstunden unserer Zeitung jetzt erstmalig direkt um psychische Erkrankungen, um Möglichkeiten der Behandlung und Grenzen der Hilfe ging, ist sicher ein Versäumnis. Deshalb ein Dank an das Diakonische Werk Recklinghausen und die Referenten, die dieses schwierige Thema mit uns angegangen sind.

Das große öffentliche Interesse in einem überfüllten Recklinghäuser Ratssaal ist die Aufforderung auch an unser Medienhaus, die komplexe Thematik häufiger und noch differenzierter auf die Tagesordnung einer Abendsprechstunde oder eines Gesundheitstages zu setzen.

Die „Burden of Disease Study“ von WHO und Weltbank geht davon aus, dass Depressionen im Jahr 2020 weltweit den zweiten Rang unter den Behinderungen verursachenden Erkrankungen einnehmen werden. Psychische Erkrankungen stellen deshalb für alle Akteure im Gesundheits- und Sozialbereich eine große Herausforderung dar.

Dazu gehört wünschenswerterweise auch die Bereitschaft von Fachmedizinerinnen in den Landeskliniken für Psychiatrie und Psychotherapie in Herten und in den Jugendpsychiatrien in Marl/Haltern und Datteln, ihr Wissen und ihre Erfahrungen in einen öffentlichen Dialog mit fragenden Menschen einzubringen. Es geht den betroffenen und besorgten Menschen um die Beschreibung von Krankheitsbildern, nicht um Krankenakten.

Auch die Justiz spielt für psychisch kranke Menschen und deren Umfeld eine immer größere Rolle. In der Psychiatrie dürfen Ärzte eine Behandlung notfalls mit Gewalt erzwingen. Doch rechtlos sind psychisch Kranke nicht. Vieles können sie vor der Behandlung selbst bestimmen. Es wäre wünschenswert, auch Richter würden im Rahmen ihrer Möglichkeiten dem öffentlichen Informationsinteresse nachkommen.

All das hat uns die Abendsprechstunde im Recklinghäuser Rathaus gelehrt. Wir bleiben am Thema.

# „Wir gehen auch in den Wald“

## Hilfe beim sozialpsychiatrischen Dienst

(-hm-) Wenn psychisch kranke Menschen, sich selbst nicht helfen können oder ihre Lage bzw. Hilfsbedürftigkeit nicht erkennen, können Familienangehörige, Freunde oder Nachbarn den sozialpsychiatrischen Dienst des Kreises Recklinghausen kontaktieren und um Hilfe bitten.

Sehr behutsam, wie Dr. Dipl.-Psych. Günter W. Schönhauser, Leiter dieses Dienstes im Gesundheitsamt des Kreises bei unserer Abendsprechstunde betonte, nehme man dann Kontakt zu dem Betroffenen auf. Man versuche herauszufinden, ob er bereit ist, sich auf Hilfe einzulassen, oder ob die Situation so prekär ist, dass man eingreifen muss.

Dabei seien dem Dienst allerdings durch den Gesetzgeber deutliche Grenzen gesetzt: Die Persönlichkeitsrechte beinhalten ein Recht auf Krankheit, was bedeutet, dass niemand sich behandeln lassen muss. Erst wenn er sich



Dr. Günter W. Schönhauser.

selbst oder andere Menschen gefährdet, könne er in eine psychiatrische Klinik eingewiesen werden. Dies allerdings nur auf richterlichen Beschluss, und auch ein Anwalt, der die Interessen des Patienten vertritt, muss ggf. hinzugezogen werden.

„Wenn ein psychisch Kranker randaliert oder anders stört, können wir das also nicht einfach abstellen“, erläuterte Dr. Schönhauser, was das in der Praxis bedeutet.

Übrigens: Auch wenn es um verwirrte / demente Menschen, Menschen mit einem Suchtproblem, ausgeprägten Persönlichkeitsstörungen, grenzüberschreitendem Verhalten oder erhöhter Gewaltbereitschaft geht, ist der sozialpsychiatrische Dienst der richtige Ansprechpartner.

### Krisenintervention und Begleitung

Wenn eine akute Krisenintervention nötig ist, so betonte Dr. Schönhauser, gehen seine Mitarbeiter quasi überall hin, wo derjenige sich aufhält, um den sich die Kontaktpersonen sorgen – „auch unter Brücken oder in den Wald.“

Darüber hinaus bietet sein Dienst Sprechstunden und Hausbesuche, langfristige Begleitung, die Vermittlung von Kontakten und eine Gedächtnissprechstunde an.

➔ Info „Hilfe und Kontakt“

(-hm-) Und was, wenn psychisch Kranke nicht mehr in der Lage sind, für sich selbst Entscheidungen zu treffen? – Unter bestimmten Voraussetzungen kann dann eine gesetzliche Betreuung eingerichtet werden – entweder auf Antrag oder auch von Amts wegen.

Diese kann beschränkt sein auf einen Zeitraum und bezieht sich immer auf die Bereiche, die er nicht allein regeln kann – z.B. den der Finanzen oder der Gesundheit.

Wie Gisbert Bultmann, Rechtsanwalt und Notar aus Recklinghausen erläuterte, kann jedoch jeder in einer Betreuungsvollmacht festlegen, welche Person durch das Vormundschaftsgericht im Fall der Fälle zum Betreuer ernannt werden soll. Das Gericht ist an diesen Vorschlag gebunden und wird ihm in aller Regel folgen.

Das Instrument der Selbstbestimmung, so der Jurist, ist allerdings die Vorsorgevollmacht. Sie geht einer Betreu-



Gisbert Bultmann.

ung in jedem Fall vor. „Durch eine Vorsorgevollmacht erhält der Bevollmächtigte, der das Vertrauen des Vollmachtgebers genießt, ein Entscheidungsrecht in allen persönlichen, aus dem Notfall heraus entstehenden Angelegenheiten in dem Umfang, wie er dem Vollmachtgeber bei eigener Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit zustünde.“ Idealerweise werde sie kombiniert mit einer Patientenverfügung.