

Depressionen - der Waschennoch

C. C. Brüchert



Depressionen - Der Taschencoach C. C. Brüchert

Impressum

Texte: © Copyright by C. C. Brüchert

Umschlaggestaltung: C. C. Brüchert

Bildquellen Pixabay Fotograf

<https://pixabay.com/de/users/kalhh-86169/>

Verlag: Selbstverlag über Epubli

Druck: epubli – ein Service der neopubli GmbH

Einleitung

Es heißt, dass ein Manko an Serotonin und Noradrenalin in kausalem

Zusammenhang

zur

Entwicklung

einer

Depression stehen. Die Ärzte halten an dieser Information fest, obwohl inzwischen Stimmen laut werden, dass die Biochemie im Zusammenhang mit Depressionen immer noch unbekannt ist. Laboruntersuchungen zeigen, dass kein körpereigener Stoff klare Aussagen dazu macht, dass eine Depression vorliegt und sich auch kein Wert messbar verändert, wenn sich der Zustand eines depressiven Menschen verbessert.

Ein namhafter Psychiater (Prof. Dr. med. Uwe Gonther) vertritt in einem Radiointerview die Ansicht, dass schon die Bezeichnung der Medikamentengruppe als Antidepressiva ein reiner Irrtum ist. Eine Mogelpackung sozusagen. Der

Begriff vermittelt den Eindruck, dass die Einnahme der Präparate eine Depression „wegzaubern“ würde. Er gibt zu, dass in einigen Ausnahmefällen eine temporäre Gabe durchaus sinnvoll ist und bei schwersten Depressionen zumindest hilft, die Betroffenen wieder zu einer gewissen Handlungsfähigkeit zu führen. Die dauerhafte Einnahme richte aber mehr Schaden an, als Sie nutze. Andere Fachärzte und Therapeuten stimmen ihm zu und verweisen auf ihre eigene Praxiserfahrung, die dies belegen würde.

Es wird sogar vermutet, dass durch einem sorgsameren Umgang mit diesen verschreibungspflichtigen Präparaten

die Therapiezeit für psychisch Erkrankte deutlich reduziert werden könnte. Aktuell nehmen etwa 8 Prozent der Europäer, in Amerika sogar 10 % Psychopharmaka, ohne dass es einen tatsächlichen wissenschaftlichen Nachweis dafür gibt, dass die Erhöhung des Serotoninspiegels tatsächlich gravierende Verbesserungen der Depression auslöst.

Serotonin gilt als Glückshormon, wobei zwischen dem Glücksempfinden und einem höheren Serotoninspiegel ebenfalls keine belegbare Verbindung hergestellt werden kann. Allerdings führen Präparate, die den Serotoninwert steigern

zu

sexuellen

Funktionsstörungen.

Beziehungsweise kann diese auch vorliegen, wenn der Wert von Natur aus höher ist. Als auslösende Präparate stehen vor allem Venlafaxin, Sertralin, Paroxetin, Mirtazapin,

Fluvoxamin,

Fluoxetin,

Escitalopram,

Clomipramin und Citalopram in der Kritik.

Der Anstieg der Verordnungen liegt wohl darin begründet, dass Vermarkter sich professionell darauf ausgelegt haben, lückenhaft dargestellte Studienergebnisse als Gesamtpaket darzustellen und Pharmavertreter in Kliniken und Praxen zu schicken, damit sie in Werbeveranstaltungen, die wie Fachvorträge

anmuten,

die

Teilinformationen

so

präsentieren, dass es den verschreibenden Ärzten nicht nur eine Freude, sondern ein Bedürfnis ist, diese Produkte zum Wohle ihrer Patienten einzusetzen.

Der Gedanke, dass die Wirksamkeit von Antidepressiva angezweifelt werden darf, drängt sich nahezu auf, wenn Sie einen Blick in die Statistiken werfen. Im Zeitraum der letzten 10 Jahre hat sich die Verordnung von Antidepressiva verdoppelt. Bei der von Herstellern und Pharmareferenten hoch gepriesenen Wirksamkeit, müsste sich die Zahl von Erkrankten an Depressionen und Burnout eigentlich deutlich reduziert haben. Doch das Gegenteil ist der Fall, die Zahl ist ebenso drastisch gestiegen wie sich auch der Anteil an chronisch Depressiven erhöht hat.

Depression oder Burnout Der amerikanische Arzt und Autor Mark Hyman ist der Meinung, dass der Begriff Depression nur deswegen entstanden ist, um Menschen mit ähnlichen Symptomen mit ein und demselben Medikament bzw. Präparaten aus einer Arzneimittelgruppe – den Antidepressiva behandeln zu können. Die wirklichen Ursachen für Traurigkeit und Niedergeschlagenheiten liegen seiner Meinung nach nicht in der Depression.

Dass psychische und physische Syndrome wie Burnout, Angststörungen, chronische Schmerzen, Schlafstörungen u.a. inzwischen alle mit Antidepressiva behandelt werden, scheint Hyman recht zu geben.

Erwiesen ist, dass ausgerechnet die medikamentöse Behandlung bei Depressionen nicht immer Erfolge erzielt und wirklich positive Effekte ausbleiben. Das ist dadurch bedingt, dass die Ursachen für die verschiedenen Krankheiten

unterschiedlich

sind

und

auch

die

Bedingungen, die eine Depression entstehen lassen, bei den Menschen unterschiedlich sind.

Antidepressiva sind nicht universell, wie Gebissreiniger, die als Geheimwaffe gegen Verschmutzungen in Blumenvasen, Kalklöser

in

Gläsern

und

anderen

unschönen

Verunreinigungen gelten. Die einzelnen Krankheitsbilder lassen sich also nicht in einen Topf werfen und mit einer Art von Medikamenten auflösen, so wie sich Kalk in

Gefäßen auflösen lässt, indem dort entsprechende Tabs hineingegeben werden.

Einerseits schade, denn die Lösung wäre ja so einfach.

Andererseits gut so, dann das veranlasst dazu, dass Sie sich mit sich auseinandersetzen und die wahren Ursachen erforschen. Die Vergangenheitsbewältigung, verschiedene Diagnostiken im organischen Bereich, Stressanalyse und die Veränderung von Lebensumständen führen am Ende dazu, dass Sie ohne Medikamente ein wesentlich besseres Wohlbefinden haben, als unter der langfristigen Einnahme.

Außerdem ergründen Sie genau die Ursachen, die bei Ihnen zur Depression oder zum Burnout geführt haben und haben dadurch auch Instrumente zur wirksamen Rückfallprophylaxe.

Symptome sind wie ein Frühwarnsystem zu sehen. Wie Warnleuchten im Auto, die aufblinken, wenn etwas überprüft werden muss. Manchmal sind es nur kleine Wartungsarbeiten die ausgeführt werden müssen. Beim Auto kann es das Nachfüllen des Kühlerwassers oder