

Larvierte Depression

„Depression ohne Symptome?“

Krems. Wir kennen sie als chronische Schmerzpatienten, als „Hypochonder“ oder als Nervensägen in der Allgemeinpraxis. Je nach Studie bis zu 30% der Schmerzpatienten oder 14% aller Patienten in der Allgemeinpraxis haben nicht das, was sie zu haben scheinen, sondern eine Depression. In Anlehnung an den Begriff der „Larva“ (lat. Maske) spricht die Medizin von der so genannten „larvierten“ Depression oder auch „somatisierten“ Depression. Daraus resultieren Fehldiagnosen, chronische Verläufe bis hin zu langzeitiger Fehleinnahme von Medikamenten mit den entsprechenden Folgen. Verwendet man in der Anamnese oder Analyse von Patienten jedoch entsprechende internationale Fragebögen, kann man der Falle einer „Depression ohne Symptome“ weitgehend entgehen. Maßnahme der ersten Wahl ist eine Therapie - ideal eine „Aktive Therapie“ - wie sie etwa am IMTAT angeboten wird.

Natürlich ist es nicht so, dass die „Depression ohne Symptome“ keine Symptome aufweist, aber eben nicht jene klassischen, die sofort an eine Depression denken lassen. In den Vordergrund treten völlig andere Beschwerden wie etwa chronische Schmerzen in Schulter, Rücken oder Kopf, die sich auch konservativen Behandlungsmethoden hartnäckig widersetzen. *„Interessant dabei ist, dass es häufig scheinbar psychisch recht stabile, vermeintlich starke Menschen sind, die derartige Formen eine Depression entwickeln. Bis zu 30%, je nach Studie, an chronischen Schmerzpatienten leiden in Wahrheit an einer Depression!“*, so Dr. Wolfgang Schuhmayer, Leiter des Institutes für tierassistierte Therapie (IMTAT.at) im Raum Krems.

Vielfältige Zeichen

Der Organismus kann in extrem vielfältiger Form seine Depressionssignale setzen. Schuhmayer *„Kaum ein Organsystem kann nicht entsprechend reagieren! Über die Zusammenhänge wissen wir viel zu wenig. So gibt es etwa eine direkte Leitung vom Magen-Darm-Trakt zum Gemütszentrum im Gehirn, aber andere Details liegen nach wie vor im Dunkel. Es gibt Hinweise auf ein chronisches Entzündungsgeschehen, das aber wahrscheinlich Folge einer psychischen Überlastungsstörung ist, da der Körper auf Langzeitbelastungen häufig mit Entzündungszeichen reagiert.“*

Lange Symptomliste

Verdauungstrakt: Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Verstopfung, Blähungen

Herz/Kreislaufsystem: Herzstechen, Herzklopfen, Beklemmung, Atemnot/Luftnot, Benommenheit

Urogenitalsystem: gestörtes Sexualempfinden, Potenzschwierigkeiten, Zwischenblutungen

Muskelapparat: Rücken-, Kreuz- und Nackenschmerz

Körpergewicht: Gewichtsverlust/Appetitmangel aber auch Gewichtszunahme

Sonstige: Kopfschmerzen, Schwindel/Schwäche mit Befürchtung einer Ohnmacht, Ohrensausen/Tinnitus, Sehstörungen, Jucken (Allergie), Haarausfall

Es ist naheliegend, dass dieser „bunte Symptommix“ eine diagnostische Herausforderung darstellt und leicht zu (vermeidbaren) Fehlinterpretationen verleitet. Schuhmayer, *“Das liegt zum Teil daran, dass die verfügbaren Möglichkeiten in der Anamnese/Analyse nicht ausreichend genützt werden! Das sind 20 Minuten, die sich extrem lohnen“* Am IMTAT kommt deshalb bei entsprechenden Fragestellungen immer der so genannte Hamilton-Score (HAMD-21) zum Einsatz, der wie etwa auch das BDI (Beck Depression Inventory) die körperlichen Beschwerden ausreichend berücksichtigt und eine Evaluierung ermöglicht.

Schuhmayer, *„Das ermöglicht in der Therapie dann auch gleich eine Qualitäts- und Erfolgskontrolle, wenn man diese Tests wiederholt und die Fortschritte dokumentieren kann.“*

Die Realität der Betroffenen sieht aber häufig anders aus und führt damit zu langjährigen Verläufen, die schließlich oft nur durch Zufall der entsprechenden Therapie zuführt werden.

Die „richtige“ Behandlung

Schuhmayer, *„Grundsätzlich müssen körperliche Symptome natürlich organisch abgeklärt werden, um nichts zu übersehen. Gleichzeitig kann man aber bereits die erwähnten Fragebögen zum Einsatz bringen und gegebenenfalls mit einer Therapie beginnen. Zuwarten bringt gar nichts, wenn entsprechende Anzeichen auftreten.“*

Die therapeutischen Prinzipien sind dann letztlich dieselben wie bei jeder anderen Depression auch. Bei leichten und mittleren Formen reicht in der Regel eine qualitativ hochwertige Therapie, bei schweren Formen sind zusätzlich Psychopharmaka erforderlich. Die Einstufung des Schweregrades sollte ebenfalls durch die erwähnten Fragebögen erfolgen. Aufgrund der Praxis, dass die Kasse Therapie kaum bezahlt, ist in der Realität die Behandlung meist nur auf Tabletten reduziert. Schuhmayer, *„Ein klarer Kunstfehler, der nur chronische Verläufe fördert!“*

Unterschiedliche Therapieformen

Die herkömmliche Gesprächstherapie ist für viele Patienten nicht die ideale Wahl. Das IMTAT bietet die so genannte medizinische tiergestützte Therapie (MTG-Therapie), die sehr stark auf aktivierende Elemente setzt. Schuhmayer, *„Das Problem der Betroffenen ist ja in der Regel nicht, dass sie nicht wissen, was sie haben. Es ist immer der Patient der Experte für das individuelle Beschwerdebild und nicht der Therapeut oder Arzt. Alles andere wäre anmaßend. Das Problem liegt vielmehr darin, wie man der jeweiligen Situation wieder entkommt. Darüber kann man natürlich reden, aber das führt weder zu einer Standortbestimmung noch zur gelebten Verhaltensänderung. Durch gezielte Übungen mit unterschiedlichen Tieren kann man Beides problemlos erreichen. So werden unsere Patienten relativ rasch wieder selbstsicher und für den Alltag.“*

Sonderfälle

Darüber hinaus gibt es einige „Sonderfälle“. Leicht übersehen wird der Vitamin D-Mangel, der überraschend häufig auftritt und seitens der Symptome eine larvierte Depression imitieren kann, indem Kopfschmerzen und Niedergeschlagenheit kombiniert erscheinen. Neben der obligaten Schilddrüse sollte man daher immer - insbesondere im Winterhalbjahr - das Vitamin D prüfen und dann in der therapeutischen Dosierung dann „Nägel mit Köpfen“ machen.

Ein weiterer Sonderfall ist die Gewichtszunahme. Der Volksmund spricht in diesem Zusammenhang von „Kummerspeck“ und hat recht. Tatsächlich gibt es einen archaischen Verarbeitungstyp von Stress, der nicht die Nahrungsaufnahme einstellt, sondern - eigentlich folgerichtig - dem Körper mehr Nahrung zuführt, damit der besser „gewappnet“ ist für die schwere Zeit. So stellt das Mehr an Körperfett bildlich eine Art „Panzer“ oder „Rüstung“ dar.

Nicht zuletzt sind bestimmte Nahrungsmittel wie etwa Schokolade „Serotoninspender“ und stellen damit eine Art therapeutischen Selbstversuch dar.

Ähnliches gilt auch für Alkohol, der pharmakologisch einzigartig ist, weil er die Eigenschaften eines Antidepressivums mit jenen eines Tranquilizers kombiniert. DAS kann bis dato kein Medikament...

Gewissenhaftigkeit als Lösung

Niemand in der Medizin ist perfekt und der enorme Zeitdruck in den Ordinationen steigt täglich an, weil immer weniger Ärzte immer mehr Menschen versorgen müssen. Daher sollten auch Patienten über die „Depression ohne Symptome“ Bescheid wissen.

Ein ausführliches Analysegespräch schafft relativ rasch Klarheit über die Situation und den eventuellen therapeutischen Bedarf. Grundsätzlich sollte ohne gewissenhafte Bestandsaufnahme nie mit einer Therapie begonnen werden. Am IMTAT ist diese Maßnahme im Umfang von drei Stunden schon lange Standard als Grundlage der Therapieentscheidung sowie der Definition von Therapiezielen. Man kann dazu direkt ins Institut kommen oder im Raum Salzburg eine Außenstelle des IMTAT dazu nützen.

+++Ende++ (7.258 inkl. Leerzeichen)

Rückfragen & Fotos

Dr. Wolfgang A. Schuhmayer

Inst. f. Medizinerorientierte TierAssistierte Therapie - IMTAT

www.imtat.at

praxis@imtat.at

+43 690 100 90 976

3542 Gföhl, Grossmotten 42