

Freitag, 21.02.2020

Nachtvorlesung in Alzey: Hilfe bei Depression im Alter

Eine Depression ist auch im fortgeschrittenen Alter und bei Demenz gut zu behandeln. Die Experten machten Betroffenen und Angehörigen Mut.

Von **Barbara Mümpfer**



Günter Gerhardt (r.) moderierte die Nachtvorlesung in der RFK mit den Ärzten Wolfgang Porn und Sarah Kayser. (Foto: BilderKartell/Schmitz)

ALZEY - Depression und Demenz sind die häufigsten psychiatrischen Erkrankungen im Alter. Allerdings ist es schwierig, sie auseinanderzuhalten, denn Gedächtnisstörungen, eine Einschränkung der geistigen Fähigkeiten und Verlust der sozialen Kontakte kommen in beiden Fällen vor.

Es gibt aber eine gute Nachricht für betroffene Menschen und ihre Angehörigen: Eine Depression kann auch im Alter gut behandelt werden. Und zwar selbst dann, wenn bei dem Patienten zusätzlich noch eine Demenz diagnostiziert wurde. Dieses Resümee lässt sich aus der jüngsten „Nachtvorlesung“ ziehen, zu der das Gesundheitsnetz Region Alzey und diese Zeitung in das Tagungszentrum der Rheinhessen-Fachklinik eingeladen hatten.

Die neue Cheffärztin der Allgemeinpsychiatrie und Gerontopsychiatrie an der Rheinhessen-Fachklinik (RFK), die Neurologin, Psychiaterin und Psychotherapeutin Dr. Sarah Kayser, erklärte, Depression werde bei Senioren oft übersehen und als Reaktion auf die Begleiterscheinungen des Altwerdens abgetan. Dabei gebe es deutliche Hinweise auf eine seelische Erkrankung wie häufiges Klagen, Schlafstörungen, ständiges Grübeln,

https://www.allgemeine-zeitung.de/lokales/alzey/alzey/nachtvorlesung-in-alzey-hilfe-bei-depression-im-alter_21273731

Gewichtsverlust, Vernachlässigung sozialer Kontakte, Konzentration auf körperliche Beschwerden und Schuldgefühle.

Den zahlreichen Zuhörern riet sie nachdrücklich, sich nicht mit Behauptungen wie „In diesem hohen Alter lohnt sich eine Behandlung nicht mehr“ abspesen zu lassen. „Antidepressiva sind auch im Alter noch gut wirksam“, sagte sie. Zur Unterstützung der medikamentösen Behandlung seien Heilverfahren wie Ergotherapie, Bewegungstherapie oder Psychotherapie hilfreich. Wirksame Alternativen zu Antidepressiva sind nach ihren Worten auch Lichttherapien, Schlafentzug und Hirnstimulationsverfahren.

Den Angehörigen von Senioren, die Anzeichen einer Demenz oder einer Depression zeigen, gab sie den Rat: „Informieren Sie sich über die Krankheit Depression, um das Verhalten der betroffenen Person richtig einschätzen zu können. Ermutigen Sie sie, professionelle Hilfe zu suchen und helfen Sie ihr dabei, indem Sie beispielsweise Termine vereinbaren oder sie zum Arzt begleiten. Machen Sie Mut, die Behandlung regelmäßig fortzusetzen, auch wenn sich der Erfolg nicht sofort einstellt.“ Zur Ersteinschätzung der Situation kann man sich die „Geriatrische Depressionsskala (GDS)“ von J. Yesavage aus dem Internet herunterladen, ausfüllen und selbst auswerten.

Der Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Wolfgang Porn, stellte fest, dass im Alter zwischen 40 und 60 Jahren häufig Krankheiten neu auftreten. Wenn man dann merke, dass die körperliche Belastungsfähigkeit nachlasse, könne das eine seelische Erkrankung auslösen. „Sie sollten eine Krankheit aber nicht nur als Störung, sondern als Chance begreifen, die eigene Lebensgestaltung neu zu überdenken“, erklärte Porn. Die Psychosomatik unterstütze die Fähigkeit, mit den Beschwerden zu leben.

Anstelle des erkrankten Gerontopsychiaters Fellgiebel berichtete der Moderator des Abends, Sanitätsrat Günter Gerhardt, über das in Alzey ins Leben gerufene Projekt „DemStepCare“. Nach seinen Worten geht es bei dieser innovativen Einrichtung um eine frühe Diagnostik, Behandlung und Begleitung von Menschen mit Demenz. „Dabei wird eine Verzahnung zwischen Experten im Krankenhaus und den Hausärzten angestrebt, die von einem Case Manager, also einem Fallbeauftragten, und der Krisenambulanz unterstützt werden“, sagte der Zweite Vorsitzende des Gesundheitsnetzes Region Alzey. Ziel sei es, den Menschen eine Versorgung zu Hause zu ermöglichen und eine stationäre Aufnahme so lange wie möglich zu vermeiden.

Das Einzugsgebiet reicht von Worms bis vor die Tore von Mainz, von Kirchheimbolanden bis zum Kreis Bad Kreuznach. „DemStepCare ist ein Leuchtturm, der auf ganz Deutschland ausstrahlen wird“, meinte Dr. Gerhardt. „Das wird als Alzeier Modell in die Geschichte eingehen.“