



# Raus aus den vier Wänden

Aktionstag „Depression und Alter“ in der DASA sehr gut besucht

**So traurig und tragisch der Tod des Nationaltorwarts Robert Enke vergangene Woche auch war, so hilfreich ist er, Depression als Krankheit ins öffentliche Bewusstsein zu rücken.**

Um über Auswirkungen und Symptome der Krankheit zu informieren, luden am Sonntag das Gesundheitsamt der Stadt und die DASA im Rahmen des Dortmunder Bündnisses gegen Depression zum Aktionstag „Depression und Alter“ - eine Veranstaltung, die schon länger geplant war.

## 18 Prozent betroffen

Laut einer Studie aus dem Jahr 2005 sind 18 Prozent der Dortmunder von der Erkrankung betroffen. „Bei der Depression handelt es sich um eine Erkrankung des Gefühlslebens“, erklärte Dr. Harald Krauß, Chefarzt Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Dortmund, bei seinem Vortrag in dem voll besetzten Saal in der DASA. „Die Patienten leiden unter dem Gefühl der Gefühllosigkeit.“

Die Behandlung stütze sich



**Auf viel Interesse stießen die Stände von Selbsthilfeorganisationen und anderen Institutionen.**  
RN-Foto Laryea

auf vier Säulen. Medikamente, Psychotherapie, Begleittherapie und Wiedereingliederung. Wichtig aber sei es, den Betroffenen zu vermitteln, dass es sich bei Depression um eine Krankheit handle, die vorüber gehen kann, die behandelbar ist. Krauß: „Bei den meisten Patienten bestehen sehr gute Chancen auf eine erfolgreiche Behandlung.“ Dennoch nimmt etwa die Hälfte der Betroffenen das Hilfesystem nicht in Anspruch. Aus Angst und Scham sowie aufgrund von

Vorurteilen.

Wie wichtig die Hilfe von außen ist, erklärte Martina Prietz. Vor zwei Jahren gründete sie in Menede eine Selbsthilfegruppe. Seit 19 Jahren leidet sie unter endogener Depression, einer Erkrankung des Stoffwechsels. „Man merkt, dass man abrutscht, aber in das schwarze Loch kann niemand folgen.“

Sie berichtet aus ihrer ehrenamtlichen Arbeit, und wie sich Depressionen gerade im Alter breit machen. „Obwohl materiell alles da ist, ziehen

sich viele Ältere in ihr Schneckenhaus zurück. Denn ihnen hört niemand mehr zu.“ Daher sei es so wichtig, Hilfe auch in Anspruch zu nehmen. Prietz: „Sicher werden die Medikamente ein Teil meines Lebens sein, so wie bei vielen anderen Krankheiten auch. Aber ein gutes Leben ist trotzdem möglich.“ Es gebe immer Tage, an denen es ihr weniger gut als an anderen gehe, solche Schübe habe jede Krankheit.

## „Schwarzes Loch“

Dennoch macht die 54-Jährige Mut: „Die Betroffenen müssen raus aus ihren vier Wänden, Selbsthilfegruppen können zusätzlich zur medizinischen Behandlung ein großer Schritt Richtung Genesung sein. Denn alleine kommt aus dem schwarzen Loch keiner mehr raus.“

▪ R.M

Kontakt: Gesundheitsamt Dortmund, Koordinationsstelle im Gesundheitsbereich, Ulrike Sundermann, Tel. 50-25483, Email: [usundermann@stadtdo.de](mailto:usundermann@stadtdo.de)

