Entlarven Sie versteckte Symptome!

Zwei Fragen erhärten den Verdacht

Eine Depression zu entlarven, kann bekanntlich schwierig sein. Denn häufig versteckt sie sich zunächst hinter körperlichen Symptomen. Zudem tun sich viele Menschen schwer, über psychische Probleme zu sprechen.

Etwa jeder Fünfte entwickelt mindestens einmal im Lauf seines Lebens eine Depression. Mehr als drei Millionen Menschen in Deutschland sind an einer behandlungsbedürftigen unipolaren Depression erkrankt, etwa ein Viertel davon an einer schweren Depression.

Die Hauptmerkmale der Erkrankung sind bekanntlich eine depressive, gedrückte Stimmung, Interessenverlust und Freudlosigkeit oder Verminderung des Antriebs mit erhöhter Ermüdbarkeit und Aktivitätseinschränkung.

Wenn die Patienten innere Leere und Gefühllosigkeit sowie das Unvermögen, adäquat auf Freude oder Trauer zu reagieren, schildern, erscheint es leicht, an eine Depression zu denken, ebenso, wenn sie Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit oder ungerichtete Angstgefühle beschreiben.

Typisch für eine Depression ist außerdem, dass sich die Betroffenen zu allem zwingen müssen – auch zu leichten und angenehmen Tätigkeiten.

Hinweise durch Kleidung und Gestik

Doch nur selten berichten depressive Patienten ihrem Arzt von ihren psychischen Problemen, im Vordergrund stehen meist organische Beschwerden wie Schlafstörungen, verminderter Appetit, Schmerzen, Atembeschwerden oder andere unspezifische Symptome. Manche Patienten klagen zwar über eine abnehmende Belastbarkeit im Alltag und eine verminderte Konzentrationsfähigkeit, doch dahinter werden oft andere Ursachen vermutet.

Wer seinen Patienten kennt, sollte bei solchen Anmerkungen jedoch hellhörig werden. Entscheidende Hinweise liefern manchmal auch das äußere Erscheinungsbild und die Interaktion mit anderen Menschen. Daher lohne es sich, auch auf Kleidung, Gestik, Mimik, Körperpflege, Sprechtempo und Tonfall zu achten, empfiehlt Dr. Isabelle Schumann vom Klinikum rechts der Isar in München [1].

Besonders schwierig sei eine Depression bei älteren Menschen zu erkennen, be-

Hinweise auf eine Depression

- **Das äußere Erscheinungsbild** und die Interaktion mit anderen Menschen liefern manchmal entscheidende Hinweise.
- **Manche Patienten klagen** zwar über eine abnehmende Belastbarkeit im Alltag und eine verminderte Konzentrationsfähigkeit, doch dahinter werden oft andere Ursachen vermutet.

richtet Dr. Claus Wächtler [2]. Bei älteren Patienten sei auch die Gefahr groß, eine Depression als eine körperliche Erkrankung oder als eine Demenz zu verkennen.

Speziell älteren Männern falle es schwer, Gefühle zu äußern. Sie zeigten sich eher ablehnend und gereizt, nervös und aggressiv und reagierten mit vermehrtem Alkohol- und Nikotinkonsum. Suizidalität sei manchmal nur daran zu erkennen, dass die Betroffenen Nahrung oder Medikamente ablehnen. Weil ältere Depressive wichtige Symptome oftmals sogar verleugnen, sei hier die Fremdanamnese besonders bedeutsam, so Wächtler.

Gezielt nachfragen

Besteht der Verdacht auf eine Depression, hilft der Zwei-Fragen-Test weiter:

- Fühlten Sie sich im letzten Monat häufig niedergeschlagen, traurig bedrückt oder hoffnungslos?
- Hatten Sie im letzten Monat deutlich weniger Lust und Freude an Dingen, die Sie sonst gerne tun?

Werden beide Fragen mit „Ja“ beantwortet, ist laut der aktuellen S3-Leitlinie „Unipolare Depression“ die klinische Erfassung der formalen Diagnosekriterien erforderlich. Denn nur durch die explizite Erhebung aller relevanten Haupt- und Nebensymptome ist eine adäquate Diagnosestellung nach ICD-10 möglich. (Judith Neumaier)

[1] MMW-Fortschr Med. 2012; 154(3): 49-51

[2] DNP 2014; 15 (4): 34-39

Depressive Patienten berichten meist nur von organischen Beschwerden wie Schlafstörungen, verminderter Appetit, Schmerzen.