

VN-INTERVIEW. Psychiater Marc Risch (43) zum Europäischen Tag der Depression am 1. Oktober

# Tiefsinn für die Genesung nutzen

Einsamkeit, soziale Exklusion und das Alter fördern depressive Erkrankungen.

**SCHAAN** Marc Risch wollte eigentlich in die Kinder- und Jugendheilkunde, entschied sich dann aber für die Psychiatrie und spezialisierte sich dort auf die Behandlung von Depressionen. Sein Ansatz ist, den depressiven Menschen innewohnenden Tiefsinn, den er selbst als Schatz bezeichnet, für die Therapie zu nutzen.

**Die WHO zeichnet ein düsteres Bild bezüglich der Entwicklung von Depressionen. Worauf müssen wir uns gefasst machen?**

**RISCH** Die Weltgesundheitsorganisation rechnet damit, dass im Jahr 2030 die affektiven Störungen, zu denen vor allem Depression und somit auch schwere Stressfolgeerkrankungen zählen, die häufigsten Krankheiten darstellen werden. Jeder Fünfte hat ein hohes Risiko, einmal im Leben eine behandlungsbedürftige, schwere Depression zu erleiden. Anders formuliert: Weltweit sind aktuell mehr als 300 Millionen Menschen von einer Depression betroffen, Tendenz leider stark steigend.

**Was sind die Ursachen?**

**RISCH** Da gibt es mehrere Gründe, nicht nur das zunehmende Lebensalter, welches das Risiko für Erkrankungen aller Art, auch psychischer Erkrankungen, steigen lässt. Der weltweite Anstieg psychischer Erkrankungen und vor allem der Depression hängt in erster Linie mit einer allgemeinen Verstärkung und Landflucht zusammen. Damit

gehen auch gewisse Arbeitsmöglichkeiten im gewohnten familiär-sozialen Kontext verloren. Vereinsamung und soziale Exklusion sind also Treiber. Ein weiterer gewichtiger Faktor, der sich auf das Seelenleben von uns Menschen auswirkt, ist die immer schwieriger werdende Beantwortung der Frage nach einem sinnhaften Tun.

**Wie lange dauert es bis zur richtigen Diagnose?**

**RISCH** Wir sehen, dass es oft zu lange dauert, bis die Diagnose gestellt ist und Therapien etabliert sind. Das liegt einerseits an der nach wie vor großen Scham der Betroffenen, weil eine Depression als emotionale Schwachheit fehlinterpretiert wird, andererseits in den verschiedenen Verlaufsformen der Depression begründet, zuweilen auch an fehlenden Diagnose- und Behandlungskompetenzen und Kapazitäten. Allein in Deutschland fehlen 3000 ambulante Behandlungsplätze für Menschen mit psychischen Erkrankungen. Das ist alarmierend.

**In vielen Bereichen gehört die personalisierte Medizin zum Standard. Gilt das für die Behandlung von Depressionen auch?**

**RISCH** Hier ist noch viel Luft nach oben. Leider ist es nach wie vor so, dass das Fachgebiet der Psychiatrie ein sehr breites Diagnosespektrum abzudecken hat: Depression, psychotische Erkrankungen, Persönlichkeitsstörungen oder Suchterkrankungen, um nur einige zu



Marc Risch setzt beim Thema Depression Zeichen. BEHAM

nennen. Da stellt es eine große Herausforderung dar, sich auf ein Gebiet zu spezialisieren, besonders im stationären Behandlungsalltag und in der Grundversorgung. Nach wie vor erhalten Betroffene Standardtherapien, die nicht konsequent individualisiert und auf die bereits

gemachten Behandlungserfahrungen abgestimmt sind. Damit verpassen wir Heilungschancen. In der Körpermedizin gibt es diesen Trend zur Spezialisierung schon lange. Kein Patient würde sich heutzutage von einem Allgemeinmediziner das Knie operieren lassen. Jeder weiß, wer gut sein will, muss sich fokussieren. In der Psychiatrie darf und muss sich diese Spezialisierung noch weiter akzentuieren.

**Was war Ihr Beweggrund, sich auf die Behandlung von Depressionen zu spezialisieren und dafür auch noch eine Klinik neu zu bauen? Das bedeutet ja doch ein großes unternehmerisches Risiko.**

**RISCH** Man kann im Kontext der Behandlung psychisch Erkrankter nicht überall gleich gut sein, deshalb spezialisieren wir uns auf die Depression. Hier wollen wir zu den Besten gehören. Zudem hat die Krankheit auch positive Seiten: Depressive Menschen sind tief sinnig, hinterfragen viel, denken viel nach. Uns geht es darum, diesen Tiefsinn als Wert und Basis für die Genesung anzuerkennen und damit zu arbeiten. Menschen ein Stückweit auf ihrem vorübergehend sehr steinig gewordenen Lebensweg auf Augenhöhe zu begleiten und konsequent Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten, ist eine Hauptmotivation für uns.

**Was genau ist eine Depression?**

**RISCH** Gemäß der internationalen Richtlinien wird eine depressive Episode wie folgt umschrieben:

Betroffene leiden an einer ungewöhnlichen, depressiven und anhaltend reduzierten Stimmung. Interessensverlust an Alltäglichem, verminderter Antrieb und gesteigerte Ermüdbarkeit gehören ebenso dazu. Des Weiteren sind Symptome wie Verlust des Selbstvertrauens oder des Selbstwertgefühls, Selbstvorwürfe oder ausgeprägte Schuldgefühle, Konzentrationsverlust, Unentschlossenheit, Rastlosigkeit und auch sogenannte vegetative Begleiterscheinungen und eine oft zu spät erkannte Schlafstörung ungünstige Begleitfaktoren.

**Sie wollen zum Europäischen Tag der Depression am 1. Oktober auch ein sichtbares Zeichen setzen. Worum handelt es sich dabei?**

**RISCH** Die Gemeinde Vaduz ist dabei, den Aussichtsturm auf Gaflei, der in 1500 Metern Seehöhe liegt und einen wunderbaren Blick bis hinunter zum Bodensee ermöglicht, instand zu setzen. Dabei ergibt sich die Möglichkeit, die monolithisch anmutende Struktur von innen zu beleuchten und damit in sichtbarer Art und Weise ein stilles und kraftvolles Zeichen der Solidarität für Menschen mit psychischen Erkrankungen zu setzen. Wir freuen uns, dass auch Ihre Hoheit Erbprinzessin Sophie ihre Teilnahme zugesagt hat. Da Depressionen unabhängig von Wochentagen und Jahreszeiten und zuweilen sehr plötzlich eintreten, haben wir die Aktion kurzfristig organisiert. Sie findet am Sonntagabend statt. **VN-MM**

## ZUR PERSON

**DR. MED. MARC RISCH**

**ALTER** 43 Jahre  
**WOHNORT** Schaan  
**BERUF** Psychiater, Studium in Zürich und Innsbruck



Die von den Selbsthilfegruppen angebotenen Informationen waren bei den Besuchern sehr gefragt.

VEREIN

## Die Selbsthilfe hat einen hohen Stellenwert

Über 700 Besucher nutzten die Gelegenheit zur umfassenden Information.

**DORNBIRN** Gut besucht waren bereits die Vorträge am Vormittag: Studierende und Dozenten der Fachhochschule Vorarlberg sowie Mitglieder der Selbsthilfegruppen und weitere interessierte Besucher folgten den Ausführungen der Referenten.

**Eigenverantwortung**

Sehr realitätsnah schilderte Gerald Fleisch, Direktor der Krankenhausbetriebsgesellschaft (KHBG), die Zusammenarbeit mit den Selbsthilfegruppen. Er betonte nachdrücklich, wie wichtig die Selbsthilfe für den einzelnen Patienten ist: „Selbsthilfe ist ein schöner Begriff. Der Patient ist aktiv, übernimmt selbst Verantwortung und lässt

sich nicht ins System fallen.“ Heinz Sturm von der Sozialabteilung der Landeskrankenhäuser ergänzte die Ausführungen mit Beispielen aus



„Selbsthilfe ist ein schöner Begriff. Der Patient ist aktiv und lässt sich nicht ins System fallen.“

Gerald Fleisch  
KHBG-Direktor

der Praxis, was bei den Besuchern auf großes Interesse stieß.

Monika Mayer wies auf die Möglichkeiten der neuen Medien hin, berichtete aber, dass das Internet keine wirkliche Alternative zu einer

realen Selbsthilfegruppe sei. Frederic Fredersdorf gab einen Einblick in verschiedene weltweite Studien zur Selbsthilfe und präsentierte wissenschaftliche Ergebnisse.

**366 Typisierungen**

„Die Vorträge waren wirklich alle äußerst spannend und höchst informativ“, resümierte Selbsthilfe-Geschäftsführer Nikolas Burtscher zufrieden. „Auch der Besucherandrang am Nachmittag hat uns praxisnah gezeigt, wie wichtig den Vorarlbergern die Selbsthilfe tatsächlich ist.“ Zwischen 700 und 800 Besucher nahmen die Gelegenheit wahr, sich über die Selbsthilfe und ihr umfassendes Angebot persönlich zu informieren.

Ein voller Erfolg war die Veranstaltung auch für den Verein „Geben für Leben“. „Wir konnten 366 neue Stammzellenspenden typisieren“, freute sich Obfrau Susanne Marosch zu recht.

## Seelische Krisen brauchen professionelle Zusammenarbeit

**RANKWEIL** Nach dem letztjährigen Erfolg hat Chefarzt Primar Jan Di Pauli, Leiter der Abteilung für Erwachsenenpsychiatrie am LKH Rankweil, mit seinem Team wieder einen Kongress organisiert. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse in der Akutpsychiatrie, wichtige Fragestellungen sowie aktuelle Herausforderungen wurden diskutiert. Die inhaltlichen Impulse steuerten kompetente Vortragende bei. In Workshops beschäftigten sich die 130 Teilnehmer unter anderem mit der multiprofessionellen Zusammenarbeit in der (Sozial-) Psychiatrie. Gesundheitslandesrat Christian Bernhard betonte: „Der

Umgang mit psychosozialen Krisen kann nur im Zusammenspiel mehrerer Institutionen und Professionen erfolgreich bewältigt werden. Dazu ist die Vernetzung aller Systeme notwendig.“ Primar Michael Willis vom Suchtkrankenhaus Maria Ebene hob hervor, dass es in der Akutpsychiatrie wichtig sei, über die Wirkung verschiedenster psychotroper Substanzen Bescheid zu wissen.

Im Deeskalationsworkshop wurde auf den Umgang mit schwierigen Patienten eingegangen. Die Teilnehmer konnten erfahren, welche Grundhaltungen es im Umgang mit Aggressionen benötigt.

## Unterstützung für Menschen mit psychischen Problemen

**RANKWEIL** Nach drei Jahren intensiver Ausbildung in psychiatrischer Gesundheits- und Krankenpflege konnten 27 diplomierte Pflegekräfte ihre Diplome entgegennehmen.

Überreicht wurden sie von Landessanitätsdirektor Wolfgang Grabher und Pflegeschuldirektor Mario Wölbitsch. „Die Absolven-

tinnen und Absolventen sind eine große Unterstützung für Menschen mit psychischen Problemen. Ich wünsche Ihnen, dass das Feuer für diesen besonderen Beruf möglichst lange brennt“, sagte Wolfgang Grabher. „Jetzt liegt es an euch, jetzt könnt ihr eure berufliche Zukunft aktiv gestalten“, betonte Mario Wölbitsch und freute sich, dass gleich 15 Absolventen im Landeskrankenhaus Rankweil bleiben. Vier Diplomanden sind noch an der UMIT in Tirol mit dem Abschluss ihres Studiums „Pflegerwissenschaften“ beschäftigt.

Zwei haben einen Job im Sozialzentrum Koblach angenommen, eine Pflegekraft beginnt im Landeskrankenhaus Feldkirch, eine im Landeskrankenhaus Hohenems und vier starten im extramuralen Bereich durch.



Fachkundige Pflegekräfte wie sie braucht das Land dringend. KHBG/MATHIS