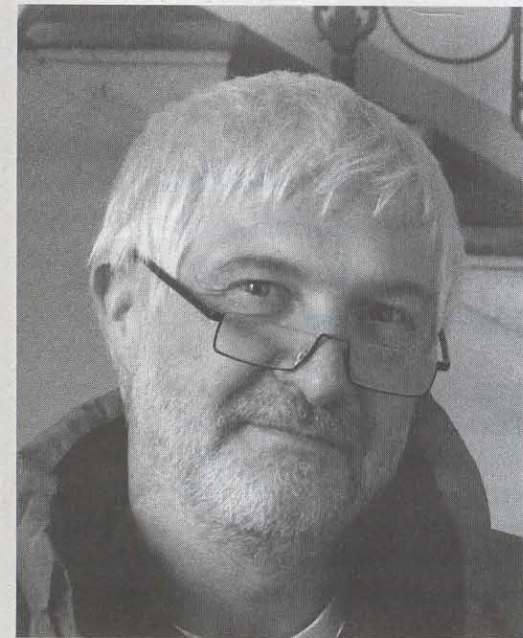


Psychosen - Auch Moses hörte Stimmen

Dietmar Dobretsberger, Leiter der Sozialpsychiatrischen Ambulanz von EXIT-sozial



»Es gibt Menschen die Dinge sehen, die sonst niemand sieht, oder Stimmen hören, die andere nicht hören«, berichtet Dietmar Dobretsberger, Leiter der Sozialpsychiatrischen Ambulanz von EXIT-sozial. Der Psychotherapeut diskutierte kürzlich mit den Kupfermuckn-RedakteurInnen über Psychosen und darüber, was helfen kann, trotzdem ein »normales« Leben zu führen.

»Es gibt verschiedene Arten von Psychosen, Schizophrenie ist eine besondere Art davon«, erklärt Dietmar Dobretsberger. Aber was ist eine Psychose? »Das ist eine schwere psychische Störung, bei der Menschen zeitweise den Kontakt zur Wirklichkeit verlieren, also die Welt ganz anders erleben als die Meisten von uns. Bei Neurosen ist das nicht der Fall.«

Etwa jeder Hundertste erkrankt an einer Schizophrenie, wir sagen auch »schizophrene Psychose«. Die Betroffenen leiden dann unter einem Grenzverlust zwischen der Innen- und Außenwelt. Das heißt etwa, dass Menschen glauben, durch die Gedanken von anderen gesteuert zu werden. Oder Wahnvorstellungen bekommen, wie etwa, immer und überall beobachtet zu werden. Eine »Schizophrenie« beginnt oft plötzlich, sie kann aber auch schleichend einsetzen. Und es gibt dabei immer wieder Zeiten, in denen ein ganz normales Leben möglich ist«, betont Dobretsberger.

Viele Betroffene hören auch Stimmen. »Das heißt aber nicht gleich, an einer Schizophrenie erkrankt zu sein«, beruhigt der Psychotherapeut, denn das Phänomen »Stimmen hören« ist viel weiter verbreitet als vermutet. Auch Moses und Mohammed hörten Stimmen.

»Wenn die Psychose zu großen Problemen führt, braucht der Betroffene Hilfe«, erklärt der Leiter der Sozialpsychiatrischen Ambulanz. »Das können Medikamente sein, so genannte Neuroleptika, die allerdings nur die Symptome lindern.« Und wie wirken diese? »Das ist einfach erklärt. Bei einer akuten Psychose wird das Gehirn mit zu vielen Reizen überflutet. Die Neuroleptika drehen diese Reizflut einfach ab; mit allen Vor- und Nachteilen«.

»Immer sehr hilfreich ist es, wenn das soziale Umfeld erhalten bleibt, also der Arbeitsplatz, der Freundeskreis und die Familie nicht verloren geht.«

Relativ neu ist die therapeutische Begleitung. Hier arbeiten Betroffene mit dem/der Therapeuten/in an Fragen wie »Was sind die Auslöser meiner Psychose?« oder »Wie muss ich mein Umfeld gestalten, um möglichst normal leben zu können?« »Immer sehr hilfreich ist es, wenn das soziale Umfeld erhalten bleibt, also der Arbeitsplatz, der Freundeskreis und die Familie nicht verloren geht. Dann kann sich auch für Menschen mit einer Psychose ein weitgehend normales Leben entwickeln«, erklärt der Psychotherapeut.

Keinen Sinn hat es, dem Betroffenen seine Wahrnehmungen auszureden. »Wer Stimmen hört, für den sind sie wirklich. Wenn sich jemand in dieser Situation verfolgt fühlt, ist es am Besten, mit dem Betroffenen über einen möglichen Schutz vor dieser Bedrohung zu reden und nicht, deren Existenz zu bestreiten«, weiß Dobretsberger aus Jahrzehnte langer therapeutischer Praxis.

Was sind die Ursachen von Psychosen? »Die sind bis heute nicht wirklich bekannt. Die Vererbung könnte eine Rolle spielen. Wenn

etwa Vater und Mutter an einer schizophrenen Psychose leiden, dann steigt das Risiko für das Kind auf 50 Prozent, ebenfalls daran zu erkranken«. Neuere Untersuchungen zeigen, dass auch Störungen im ersten Drittel der Schwangerschaft, in der frühen Kindheit und Traumatisierungen die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung erhöhen. Auch ein gestörtes Beziehungssystem Mutter-Kind kann krank machen: »Typisch sind hier Doppelbotschaften der Mutter, die verhindern, dass Kinder erwachsen werden können«. Wenn die Mutter etwa sagt: »Du bist jetzt schon 22 Jahre und kannst immer noch nicht ausziehen, du schaffst es nicht.« Einerseits ist das die Aufforderung von Zuhause auszuziehen und andererseits die Botschaft, dass man dazu nicht in der Lage sei.

Generell nehmen psychische Leiden, besonders Depressionen, enorm zu. »Depressionen äußern sich etwa durch Antriebslosigkeit und Schuldgefühle«, erklärt Dobretsberger. Psychische Leiden sind heute bereits Hauptursache für die Pensionierung aus Krankheitsgründen. Die aktuelle Wirtschaftskrise verstärkt diese Entwicklung noch zusätzlich. Wichtig ist es, sich rechtzeitig psychosoziale Hilfe zu holen. (hz)



Etwa jeder Hundertste erkrankt an einer »schizophrenen Psychose«