



Depression

Eine Post Stroke Depression – so der Fachausdruck für die Depression nach einem Schlaganfall – kann zwei Quellen haben, wobei die Fachwelt noch keine Einigkeit darüber erzielt hat, welcher die größere Bedeutung zukommt.

- Woran erkenne ich eine Depression?

Ein Schlaganfall ist für die Betroffenen ein tiefer Einschnitt ins Leben, den sie erst verarbeiten müssen. Deswegen haben die meisten Phasen, in denen es ihnen nicht gut geht und sie traurig oder wütend sind. Das ist normal und nicht zwangsläufig behandlungsbedürftig. Hält diese niedergeschlagene Stimmung allerdings durchgehend und über einen längeren Zeitraum an, handelt es sich wahrscheinlich um eine Depression. Diese Einsicht erlangen die Angehörigen oft eher als der Betroffene selbst – falls er es sich überhaupt eingesteht. Besonders gefährdet sind Betroffene mit einer schweren Aphasie, die die Kommunikation mit der Außenwelt erheblich einschränken kann. Die Betroffenen sind niedergeschlagen, antriebslos, verweigern eventuell die Therapien und ziehen sich immer weiter zurück.

- Wodurch entsteht eine Depression?

Es kann nach einem Schlaganfall zwei Ursachen geben, die allerdings in ihren Auswirkungen nicht voneinander zu unterscheiden sind.

1. Der Schlaganfall hat Gehirnbereiche getroffen, die für den Umgang mit Emotionen zuständig sind. Die Depression wird also tatsächlich durch den Schlaganfall selbst ausgelöst.
 2. Die Folgen des Schlaganfalls führen zu einer Depression, zum Beispiel, wenn sich ein Betroffener durch seine Einschränkungen wert- und nutzlos fühlt, er es nicht schafft, positiv in die Zukunft zu sehen und verlorenen Fähigkeiten nachtrauert.
- Ist eine Depression behandelbar?

Eine Depression sollte unbedingt behandelt werden, allerdings ist für eine erfolgreiche Behandlung wichtig, dass eine gewisse Krankheitseinsicht besteht. Dann kann der Patient aktiv an der Therapie teilnehmen und wieder Fortschritte erkennen. In den meisten Fällen ist dafür zusätzlich eine medikamentöse Behandlung notwendig. Diese kann aber bei erfolgreichem Therapieverlauf in Rücksprache mit dem Neurologen und / oder Psychiater wieder reduziert oder abgesetzt werden.

- Wer therapiert eine Depression?

Optimal ist eine Zusammenarbeit zwischen einem Neurologen und einem Psychiater, da diese auch Medikamente verschreiben dürfen, falls dies notwendig ist. Auch Sitzungen bei Psychotherapeuten sind sinnvoll – sofern der Betroffene in der Lage ist, sich ausreichend sprachlich auszudrücken.

- Kann eine Depression weitere Folgen haben?

Eine unbehandelte Depression kann sich verschlechtern und im Zweifelsfall bis hin zu Suizidgedanken oder einem Suizid führen. Deswegen ist es wichtig, sie rechtzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Tipps und Adressen

Info-Telefon Depression

Haben Sie Fragen zur Erkrankung Depression und zu Anlaufstellen in Ihrer Nähe? Die Deutsche Depressionshilfe hat ein Info-Telefon Depression eingerichtet.

Tel.: 0800 3344533

Mo., Di. und Do.: 13:00 – 17:00 Uhr

Mi. und Fr.: 8:30 – 12:30 Uhr

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Das Internetportal der Deutschen Depressionshilfe enthält viele Informationen über die Erkrankung und einen Online-Selbsttest.

[deutsche-depressionshilfe.de](https://www.deutsche-depressionshilfe.de) (<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start>)

Psychotherapie

Wie finde ich einen geeigneten Psychotherapeuten in meiner Nähe? Auf der Internetseite der Bundestherapeutenkammer kann man online nach Therapeuten suchen.

bptk.de (<https://bptk.de/service/therapeutensuche.html>)

Darüber hinaus hat die Kammer den Ratgeber „Wege zur Psychotherapie“ erstellt. Er enthält alle wichtigen Informationen, die Patienten rund um die Therapie psychischer Erkrankungen kennen sollten. Der Ratgeber lässt sich kostenlos als PDF herunterladen (<https://www.bptk.de/publikationen/patientenratgeber/>) .

Krisenintervention

Für seelische Notlagen nachts und an Wochenenden gibt es in Kommunen oder Regionen telefonische Notdienste, die man über eine Internetsuche findet. Im Ernstfall hilft auch die bundesweite Telefonseelsorge rund um die Uhr. Ihr Anruf ist kostenfrei.

Tel.: 0800 1110111

Tel.: 0800 1110222

Selbsthilfe nach Schlaganfall

Der Austausch mit anderen Betroffenen hilft vielen Menschen – auch Angehörigen – heraus aus der Isolation und lässt sie neuen Mut schöpfen. Außerdem verfügen Selbsthilfegruppen häufig über einen wichtigen Erfahrungsschatz in speziellen Fragen, beispielsweise bei der Suche nach einem Therapeuten vor Ort, der Erfahrungen mit aphasischen Patienten hat. Ein [Verzeichnis von Schlaganfall-Selbsthilfegruppen](#) finden Sie hier bei uns.

Mit allen weiteren Fragen zum Schlaganfall wenden Sie sich an das Service- und Beratungszentrum der Deutschen Schlaganfall-Hilfe.

Tel.: 05241 9770-0

Mo. bis Do.: 9:00 – 17:00 Uhr

Fr.: 9:00 – 14:00 Uhr

Thala

Im Gesundheitsmagazin finden Sie weitere Informationen zum Thema "Ein Schlaganfall trifft auch die Seele".

[Zur Ausgabe](#)





Thala - Das Gesundheitsmagazin der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe