

DEPRESSION

im Kindes- und Jugendalter

Aktuell leiden 3–10% aller Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren unter einer Depression. Das Risiko, an einer Depression zu erkranken, steigt bei Jugendlichen gegenüber Kindern an: Bei Kindern im Vorschulalter liegt die Häufigkeit bei ca. 1%, im Grundschulalter sind schätzungsweise 2–3% der Kinder betroffen.



Jungen haben im Vergleich zu Mädchen ein dreimal so hohes Suizidrisiko.

Depressive Symptomatik bei Kindern und Jugendlichen

Leichte depressive Verstimmungen bis hin zu schweren depressiven Störungen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen, unter denen Kinder und Jugendliche leiden. Häufig zeigen sich die depressiven Symptome im Kindes- und Jugendalter nicht in einer melancholischen Grundstimmung mit Traurigkeit, Interesselosigkeit, Grübeln oder Antriebslosigkeit, sondern sind hinter körperlichen Symptomen verborgen – wie beispielsweise große Unruhe oder Aggressionen. Zudem unterscheiden sich Einzelfälle oft im Erscheinungsbild, und die Symptome einer Depression im Kindes- und Jugendalter sind alters- und entwicklungsabhängig.

Formal gelten dieselben Diagnosekriterien wie bei Erwachsenen. Viele Merkmale, die als Symptome von Depressionen aufgezählt werden, scheinen jedoch auch Bestandteile normaler jugendlicher Entwicklung zu sein: zu Tode betrübt, gereizt, verschlossen, gelangweilt oder grüblerisch, oft mit sich und der Welt unzufrieden.

Die Grenzen zwischen normaler Entwicklung und depressiver Symptomatik sind fließend – und darin besteht die Schwierigkeit einer eindeutigen Diagnose. Diese unterschiedlichen Bilder der Depression führen häufig dazu, dass Depressionen im Jugendalter oft nicht oder sehr spät erkannt werden.

Die Depression erkennen

Die Erkrankung als solche zu erkennen ist ein entscheidender Schritt bei der Bewältigung der Depression. Eltern, Angehörige, Freunde und Lehrer spielen dabei eine wichtige Rolle. Doch wann wird aus normalem ein „auffälliges“ Verhalten? Wenn sich altersbezogene Symptome, wie z.B. das himmelhochjauchend und zu Tode betrübt sein beim Jugendlichen, über mehrere Wochen und Monate zeigen, handelt es sich nicht mehr um „normale“ alterstypische Veränderungen oder eine vorübergehende Reaktion auf eine äußere Belastung – sondern möglicherweise um eine Depression. Depressive Kinder unterliegen einem um das dreifache erhöhten Risiko, irgendwann einen Selbsttötungsversuch zu unternehmen.

HERNER BÜNDNIS GEGEN DEPRESSION E.V.

Das Herner Bündnis gegen Depression e.V. ist ein unabhängiger, gemeinnütziger Verein für Betroffene und Angehörige, Experten und in der Versorgung tätige Personen. Ziel ist die Aufklärung über Depressionen in der Öffentlichkeit und eine verbesserte Versorgung Betroffener. Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

herner
bündnis
gegen
DEPRESSION

Geschäftsstelle:
St. Marien-Hospital Eickel
Klinik für Psychiatrie, Psycho-
therapie und Psychosomatik · Marienstr. 2 · 44651 Herne
Koordination: Simone Roth · Telefon: 02325 / 374-115
Fax: 02325 / 374-149 · gegen-depression-herne@web.de
www.buendnis-depression.de

SPENDENKONTO:

Konto-Nr. 130 130 81
(BLZ 432 500 30)
Herner Sparkasse

HAUPT-KOOPERATIONSPARTNER:

» St. Marien-Hospital Eickel
» Sozialpsychiatrischer Dienst Herne
» Diakonisches Werk Herne

» Caritasverband Herne e.V.

» Ev. Beratungsstelle Herne

» Bürger-Selbsthilfe Zentrum Herne

» Nachbarn e.V.

Suizide bei Kindern und Jugendlichen

Früherkennung kann Leben retten. Denn Depression und Suizidalität sind sich überlappende Phänomene. Während Suizide im Kindesalter eher selten sind, nimmt ab dem Alter von 15 Jahren die Suizidrate kontinuierlich zu. *Die Selbsttötung gehört zu den häufigsten Todesursachen im Jugendalter.* Jungen haben im Vergleich zu Mädchen ein dreimal so hohes Suizidrisiko. Ein erhöhtes Risiko besteht auch dann, wenn Suizide oder Suizidversuche in der Familie oder im Freundeskreis bereits vorgekommen sind (Modellcharakter) und bei Jugendlichen, die bereits einen Suizidversuch hinter sich haben. *Suizidandrohungen sollten immer ernst genommen werden.*

Wichtig dabei ist, dass Eltern mit ihrem Kind ins Gespräch kommen, ihm Hilfe anbieten oder Anlaufstellen nennen, wo es sich Hilfe holen kann. Bei anhaltender unberechenbarer Stimmung des Kindes, Äußerung eines (realistischen) Planes zur Selbsttötung oder wenn die Eltern den Kontakt zu ihrem Kind verlieren, sollte schnellstmöglich eine Praxis oder Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie kontaktiert und ein Termin wahrgenommen werden. Im

Fall von konkreten Suizidandrohungen sollten Eltern zum Schutze ihrer Kinder umgehend einen Kinder- und Jugendpsychiater und den Allgemeinen Sozialdienst des Jugendamtes der Stadt hinzuziehen. Notfalls muss bei Gefahr im Verzug die Polizei benachrichtigt werden. Eltern selbst können Hilfe und Entlastung beim Sozialpsychiatrischen Dienst des Gesundheitsamtes der Stadt bekommen.

*Ein depressives Kind ist kein Grund,
an den elterlichen Fähigkeiten zu zweifeln.*



Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Ein depressives Kind ist nicht faul oder aggressiv, weil es so sein will. Ein depressives Kind ist krank und braucht Hilfe. Ein depressives Kind ist auch kein Grund, an den elterlichen Fähigkeiten zu zweifeln, aber es ist ein Grund, fachliche Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Erste Anlaufstelle für Eltern ist meist der Kinder- oder Hausarzt, der das Kind und die Familie schon länger kennt und Veränderungen einordnen kann. Er kennt auch Spezialisten, die weiterhelfen können: Kinderpsychiater und Kinder- und Jugendlichen Psychotherapeuten sowie Erziehungs- und Familienberatungsstellen, die für die Behandlung von psychisch kranken Kindern und Jugendlichen besonders qualifiziert sind. Die Behandlung einer Depression kann folgende Interventionen umfassen:

- Alters- bzw. entwicklungsadäquate Aufklärung des Kindes / Jugendlichen sowie der Eltern über die Depression.
- Interventionen in der Familie (ggf. einschließlich Familientherapie) zur Verminderung der Symptomatik, Beziehungsklä rung und -verbesserung.
- Aufklärung und Beratung des / der Klassenleiters / Klassenleiterin bzw. des / der Erziehers / Erzieherin und ggf. Intervention in der Schule.
- Sowohl in ambulanter Behandlung als auch in Kliniken gibt es psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten.
- Auch bei Kindern und Jugendlichen kann abhängig vom Schweregrad der Depression eine Behandlung mit Medikamenten sinnvoll und notwendig sein. Die Behandlung muss unbedingt von einem kinderpsychiatrisch erfahrenen Kinderarzt vorgenommen werden.

Viele Kinder können ambulant behandelt werden. In manchen Fällen kann eine stationäre Behandlung nötig sein.

Fotos: fotolia.de; Shocky, S. Coburn

HIER FINDEN SIE RAT UND HILFE IN HERNE:

Ambulante Versorgung

Niedergelassene Kinder- und Jugendärzte/innen, Kinder- und Jugendpsychiater/innen und Kinder- und Jugendpsychotherapeuten/innen in Herne. Siehe Telefonbuch oder im Internet unter: www.kvno.de, www.ptk-nrw.de

Institutsambulanz

LWL Tagesklinik Herne
Kinder- und jugendpsychiatrische Tagesklinik
Ludwigstr. 14
44649 Herne
Telefon: 0 23 25 / 98 94-10
E-Mail: tagesklinik.herne@wkp-lwl.org

Stationäre Versorgung

LWL Klinik Marl-Sinsen - Haardklinik -
Kinder- und Jugendpsychiatrie · Psychotherapie
· Psychosomatik
Haltrerner Str. 525
45770 Marl-Sinsen
Telefon: 0 23 65-802-0
E-Mail: lwl-klinik.marl@wkp-lwl.org
Internet: www.jugendpsychiatrie-marl.de

Psychosoziale Versorgung

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern
Ludwigstraße 14 · 44649 Herne
Service-Hotline Telefon: 0 23 23 / 16 16 51
E-Mail: jugendamt@herne.de
Sprechzeiten: Mo-Do, 8.30-12.00 Uhr
und 13.30-15.30 Uhr, Fr von 8.30-12.00 Uhr

Erziehungsberatungsstelle der Stadt Herne
Telefon: 0 23 23 / 16 36 40
E-Mail: beratungsstelle-ki-ju-eltern@herne.de
Sprechzeiten: Mo-Do, 8.30-12.30 Uhr
und 13.30-15.30 Uhr, Fr 9.00-12.30 Uhr

Hilfreiche Telefonnummern und Links

Telefonbereitschaftsdienst des Ärztlichen Notdienstes:
Telefon: 0180 / 5044100
„Nummer gegen Kummer“ des Kinderschutzbundes
Telefon: 0800 / 111 03 33 (kostenlos)
<http://www.kinder-psych.de/>: Infoseite über psychische Probleme bei jungen Menschen, viele Informationen über Kinder- und Jugendpsychiatrie, Kliniken und Praxen.
<http://www.bke-elternberatung.de/>: Zahlreiche Beratungsangebote, Adressen von Beratungsstellen vor Ort.
<http://www.neuhland.de/>: Beratungsstelle für Kinder- und Jugendliche in Krisen.