

Weltsuizidpräventionstag 2008: Mehr Prävention und Aufmerksamkeit für das Tabuthema Suizid

Dienstag, 2. September 2008

Fast 10.000 Menschen nehmen sich jedes Jahr in Deutschland das Leben. Das sind deutlich mehr als durch Verkehrsunfälle, Drogenmissbrauch, Gewaltverbrechen und Aids zusammen sterben. 90 Prozent aller Suizide (Selbsttötungen) stehen in Zusammenhang mit einer psychischen Erkrankung, meist einer Depression. Wird diese rechtzeitig erkannt und behandelt, kann in der Regel auch ein Suizid verhindert werden. Darauf verweist die Stiftung Deutsche Depressionshilfe anlässlich des World Suicide Prevention Days am 10. September 2008.

In schweren Lebensumständen ist der Gedanke, sich das Leben zu nehmen, vielen Menschen nicht fremd. Im Vordergrund steht dabei meist nicht der Wunsch zu sterben, sondern die Vorstellung, so wie bisher nicht mehr weiterleben zu können. Wer gesund ist, begeht in der Regel jedoch auch in sehr schwierigen Lebenssituationen keinen Suizid, sondern sucht Hilfe und hat ein gewisses Maß an Hoffnung. Ein depressiv erkrankter Mensch aber hat diese Hoffnung verloren, glaubt nicht mehr an einen Ausweg.

Depression – eine schwere Erkrankung mit hohem Suizidrisiko

15 Prozent aller schwer depressiv erkrankten Menschen erleben einen so hohen Leidensdruck, dass sie sich das Leben nehmen. „Wer an Depressionen leidet, will nicht sterben, er will tot sein“, erklärt Holger Reiners. Der Hamburger Architekt und Buchautor weiß was es heißt, von einer Depression betroffen zu sein. 20 Jahre lang litt er unter der Krankheit, bis er zurück ins Leben fand. Zurück ins Leben –ein Gedanke, der in einer schweren Depression illusorisch scheint.

Depression erkennen hilft Suizide vermeiden

Neben einer akuten Krisenbewältigung ist das rechtzeitige Erkennen und Behandeln von Depressionen unerlässlich, um Suizide zu vermeiden. „Mit der Pharmakotherapie und der Psychotherapie gibt es heutzutage wirksame Behandlungsmöglichkeiten, den meisten Patienten kann geholfen werden“, so Prof. Ulrich Hegerl, Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie der Universität Leipzig und Vorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe mit Sitz in Leipzig. Neben dem rechtzeitigen Gang zum Arzt sei es aber auch wichtig, dass Angehörige und Freunde mit den Betroffenen offen über deren Krankheit und mögliche Selbsttötungsgedanken reden.

Ehrgeizige Ziele: Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Holger Reiners hat es geschafft, er ist ins Leben zurückgekehrt. Damit dies auch anderen Erkrankten gelingt, hat Reiners gemeinsam mit Hegerl und anderen Wissenschaftlern und Unternehmern in

diesem Jahr die Stiftung Deutsche Depressionshilfe gegründet. Unter dem Motto „Depression erforschen – Betroffenen helfen – Wissen weitergeben“ will die Stiftung Forschung vorantreiben und den Betroffenen schnell und kompetent zu einer optimalen Behandlung sowie mehr Akzeptanz in der Gesellschaft verhelfen. Maßnahmen wie Förderung der Forschung, Optimierung der Versorgung, Öffentlichkeitsarbeit oder die Verbesserung von Fortbildungen sollen auch der Vorbeugung von Suiziden und Suizidversuchen dienen.

Umfangreiche Informationen für Betroffene, Angehörige und Freunde sowie Fachleute gibt es unter www.kompetenznetz-depression.de sowie auf www.deutsche-depressionshilfe.de