

Ärztinnen und Ärzte verordnen jedes Jahr Antidepressiva in einer Menge, die ausreicht, 80 Millionen Menschen in Deutschland für mehr als einen halben Monat zu versorgen. Die Verschreibungszahlen haben sich seit 1990 verachtfacht, obwohl es immer wieder Zweifel an der Wirksamkeit von Antidepressiva gibt.

Bereits 2008 zeigte eine groß angelegte Studie, dass es bei mittelschweren und leichten Depressionen keinen Unterschied macht, ob man ein Scheinmedikament nimmt, Placebo genannt, oder das echte Medikament. „Die Tabletten sind für mich seit vielen Jahren treue Begleiter bei der Bewältigung meiner Depressionen.“

Christine (52) hat ihren Job als Behördenleiterin durch die Depression verloren. Was machen die Medikamente in ihrem Körper? Die meisten Antidepressiva verändern den Spiegel von bestimmten Botenstoffen im Gehirn, vor allem von Serotonin. Lange dachte man, dass ein zu niedriger Serotoninspiegel, die Depression auslöst - mittlerweile ist diese These widerlegt.

Was bei einer Depression im Gehirn passiert, haben Wissenschaftler und Ärzte bis heute nicht wirklich verstanden - dem Verkaufserfolg der Antidepressiva tut das keinen Abbruch. Wie also können die Pillen Christine helfen? Mary (42) verflucht den Tag, an dem sie angefangen hat, Antidepressiva zu nehmen: „Sie haben mein Leben nicht verbessert, sondern erheblich verschlechtert.“

Seit vier Jahren dosiert Mary die Tabletten in kleinen Schritten runter, aber ihr Körper rebelliert dagegen. „Diese Absetzprobleme werden bislang total unterschätzt“, sagt Professor Tom Bschor, einer der führenden Antidepressiva-Experten in Deutschland. Wer die Tabletten über längere Zeit nehme, käme oft nur noch schwer von ihnen los. Auch das, vermutet Bschor, dürfte ein Grund dafür sein, warum immer mehr Antidepressiva genommen werden.

Professor Ulrich Hegerl, Vorsitzender der Deutschen Depressionshilfe sieht in den Medikamenten ein wirksames Werkzeug gegen Depressionen: „Der Effekt von Antidepressiva zeigt sich im Versorgungsalltag. Da können sie beobachten, wie die Mittel wirken. Das ist meine klinische Erfahrung“, sagt Hegerl. Helfen

Tabletten gegen Depressionen? Und welchen Preis zahlen die Patienten und Patientinnen? Wieso kann ein Medikament, das so umstritten ist, so erfolgreich sein?

Quelle: WDR

Die möglichen Nebenwirkungen eines Medikaments gegen Depressionen:

Mundtrockenheit, Rücken- und Gliederschmerzen, Muskel- und Gelenkschmerzen, Allergische Reaktionen, Hautausschläge, Juckreiz, Rückgang des Natriumgehalts im Blut (aufgrund einer übermässigen Sekretion des antidiuretischen Hormons Vasopressin), Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit oder vermehrter Appetit, **Suizidgedanken oder -verhalten, Verwirrungszustände, Schlaflosigkeit, Desorientierung, Manie, Ängstlichkeit, Nervosität, Unruhe (in seltenen Fällen bis zu einem Delirium führend), Illusionen, Aggressivität, Halluzinationen, Alpträume**, verminderte Libido, Entzugserscheinungen, Krämpfe, Schwindel, Kopfschmerzen, Benommenheit (Schläfrigkeit), Unruhe, verminderte Aufmerksamkeit, Zittern, Sehstörungen, Gedächtnisstörungen, Myoklonie (rasche unwillkürliche Zuckungen unterschiedlicher Stärke von einem oder mehreren Muskeln), Sprachstörungen, Bewegungsstörungen, Geschmacksstörungen. Blutdruckabfall, Bluthochdruck, kurz andauernde Bewusstlosigkeit, Verstopfte Nase, Dyspnoe (Atemnot), Magen-Darm-Beschwerden (Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Verdauungsstörungen, Magenschmerzen, Magen-Darm-Entzündung), Übermässiges Schwitzen, Blasenentleerungsstörungen, Schwäche, Ödeme, grippale Symptome, Müdigkeit, Schmerzen im Brustraum, Fieber, Magen-Darm-Beschwerden, Verstopfung, vermehrter Speichelfluss, Darmverschluss, Leberbeschwerden, Gelbsucht und Erhöhung der Leberenzymwerte, Blutbildanomalien (z.B.: verminderte Anzahl von Blutplättchen (Thrombozytopenie), weissen Blutkörperchen (Leukopenie) und roten Blutkörperchen (Anämie), Agranulozytose, Eosinophilie), Herzrhythmusstörungen, zu langsam (Bradykardie) oder zu schnell (Tachykardie), Anomalien im Elektrokardiogramm. Empfindungsstörungen, z.B. Kribbeln, Taubheitsgefühl oder brennende Schmerzen (Parästhesien).

Na, stört Sie das nicht, wenn Sie dies lesen? Warum lesen Betroffene den Beipackzettel nicht bevor sie schlucken. Die spürbaren Nachteile können auch Jahre später noch auftreten. Das wird völlig vergessen oder unterdrückt.

Was kann bei Depressionen helfen?

- Sehr wichtig: Eine gesunde Ernährung und somit ein intaktes Mikrobiom, vor allem im Darm.
- Verzicht auf Medikamente, Alkohol und Drogen.
- Bewegung und nochmals Bewegung, vor allem an der frischen Luft. So versorgen Sie Ihren Körper und Ihr Gehirn mit Sauerstoff.
- Gespräche: öffnen Sie sich und besprechen Sie Ihre Probleme mit einem verständnisvollen Partner oder Therapeuten.
- Sonnenlicht ist besser als Vitamin D3-Tropfen.
- Sie benötigen keine Nahrungsergänzungsmittel.

Haben Sie damit zu wenig Erfolg, dann melden Sie sich bei uns für eine Onlineberatung.