

Patient	männlich, 67, Lehrer
Aufenthalt	August – Oktober 2015
Offizielle Hauptdiagnose	F32.2 Schwere depressive Episode ohne psychotische Symptome

„Jatrosom“ – oder mein langer Weg durch den Dschungel der Medikamente gegen Depression.

Seit etwa 4 Jahren leide ich unter einer schweren (atypischen) Depression. Es begann mit Magen-Darm-Problemen, Schlafstörungen, einer eigenartigen Getriebenheit, Ängsten und arthritischen Schmerzen.

Der Rundlauf zu etlichen Ärzten und Versuche, meine stärker werdenden Beschwerden mit pflanzlichen Mitteln, Beruhigungstropfen und durch die Behandlung eines Heilpraktikers in den Griff zu kriegen, blieben ohne Erfolg. Auch eine Psychotherapie und die Einnahme von „Cipralext“ und „Mirtazapin“ brachten keine Entlastung.

Die Ängste und Schuldgefühle, die Entscheidungsschwäche, die Derealisationsefühle, die Müdigkeit und die Suizidgedanken wurden so stark, dass ein Klinikaufenthalt unerlässlich wurde.

Die Entscheidung für die EOS-Klinik in Münster fiel v. a. wegen der täglichen Psychotherapie und der erhofften intensiven medizinischen Betreuung. Meine Angst, mit 66 Jahren bei den eher jungen Patienten/Patientinnen und Psychotherapeuten/-therapeutinnen fehl am Platze zu sein und die Hektik der Innenstadt nicht ertragen zu können, erwies sich als unbegründet. Diese Situation war sogar ein großer Gewinn für mich.

Die Zuweisung „meiner“ Therapeutin erwies sich als Glücksfall. Mit der Schematherapie konnten wir in tiefe seelische Schichten vordringen und lebensprägende belastende Verhaltensweisen aufdecken. Meine anfängliche Verstörung über die eigenwillige Gesprächsführung des Chefarztes Dr. Pawelzik schwand mit zunehmender Rückgewinnung meiner psychischen Kräfte und der Möglichkeit, dieses Problem offen anzusprechen.

Trotz seiner eindringlicher Empfehlung, nach den vielen, bislang wirkungslosen Medikamenten, „Jatrosom“ auszuprobieren, habe ich die Einnahme abgelehnt, da ich die erforderliche tyraminarme Diät (kein gereifter Käse, keine überreifen Bananen, keine Bitterschokolade ...) nicht machen wollte.

Aus heutiger Sicht ein schwerer Fehler, denn ich hätte noch während des Klinikaufenthaltes ein Ergebnis gehabt und mich an diese relativ leicht einzuhaltende Diät in der Klinik gewöhnen können. Es wäre mir ein Jahr Leid erspart geblieben.

Etwa 3 Monate, nachdem ich den Schonraum der Klinik verlassen hatte, kehrten die alten Probleme zurück und auch weitere Irrwege durch den Dschungel der Medikamente gegen Depression blieben erfolglos. Da ich auf einen Artikel aus dem dt. Ärzteblatt von 2014 (H. 45, 11) über Depression aufmerksam gemacht wurde, in dem „Jatrosom“ als relativ wirksam bei bestimmten Depressionsverläufen beschrieben

wurde, bat ich meine Psychiaterin, mir dieses Medikament zu verschreiben, was sie aber aus Angst vor den Folgen möglicher Diätfehler (Bluthochdruckkrise) ablehnte.

In der ambulanten Behandlung bei Dr. Pawelzik bekam ich es im Juli 2016 verschrieben und nach knapp 3 Wochen mit der Anfangsdosis von 10 mg waren meine Ängste fast von einem Tag auf den anderen verschwunden. Für mich und meine Umgebung war das wie ein Wunder.

Ich bin wieder aktiv und belastbar. Mittlerweile nehme ich das Medikament seit fast 5 Monaten ein und versuche jetzt heraus zu finden, ob eine höhere Dosis eine weitere Verbesserung bringt.

Die anfängliche Mundtrockenheit, Kreislaufprobleme und ein zeitweiliges Rauschen in den Ohren sind weitgehend verschwunden.

Ich möchte hier keinen Werbetext für „Jatrosom“ schreiben. Einigen Mitpatienten hat es nicht geholfen, aber ich rate jedem, dessen Depression mit anderen Medikamenten nicht wirklich beseitigt werden kann, das Medikament auszuprobieren, zumal man nach wenigen Wochen weiß, ob es wirkt. Sehr ausführliches Informationsmaterial der Firma Aristo bekommt man umgehend nach einem Telefonanruf dort (030-71094-4200).

Noch einige Anmerkungen zum Aufenthalt in der EOS-Klinik:

Wer Straßenlärm schlecht ertragen kann, sollte sich um ein Zimmer zum Innenhof bemühen. In dem extrem heißen Sommer des letzten Jahres ließ sich die Beschattung und Verdunkelung des großen Fensters in Eigenregie durch ein großes Spannbettuch verbessern.

Die Einbindung in die schöne Stadt Münster, Wanderungen zum Aasee, kleine Radtouren, der Frühsport und das Walken im Rahmen der Physiotherapie sowie das wachsende Zusammengehörigkeitsgefühl einer Gruppe von Patientinnen und Patienten, haben es mir ermöglicht, Distanz zu meiner vorherigen recht einsamen Betriebsamkeit zu finden und in gewisser Weise eine neue Identität aufzubauen.

Die Gruppentherapien waren z. T. informativ und hilfreich, aber der kognitive Anteil war viel zu hoch. Die meisten Patienten, mit denen ich gesprochen habe, hätten sich gewünscht, dass Gruppenaktivitäten stärker gefördert worden wären und körperliche, kreative und musische Behandlungsansätze, wie weitere sportliche Betätigungen, Meditation, Yoga ..., stärker in der Therapie berücksichtigt worden wären; in der Hoffnung, neue Verhaltensweisen über den Gefühlsweg zu festigen. Denn es zeigt sich jetzt, wie schwer es ist, nach dem Klinikaufenthalt nicht wieder in die alten Verhaltensmuster zurück zu fallen.