

Presseinformation:

Doppeltes Leid: Diabetes und Depression

Jeder 4. Diabetespatient leidet oder litt zumindest einmal in seinem Leben an einer Depression. Das ist eine große Anzahl unter den geschätzten 600.000 Diabeteserkrankten in Österreich. Bei vielen Diabeteserkrankten bleibt die Depression jedoch unerkannt. Die wahre Zahl der Doppelt-Erkrankten liegt im Dunkeln, ist jedoch vermutlich hoch. Wie die neuesten Zahlen, präsentiert von der Amerikanischen Diabetesgesellschaft im Juni 2011 in San Diego, zeigen, steigt auch bei diabetischen Jugendlichen die Häufigkeit der Depression.

Symptome falsch eingeschätzt

Wie viele Depressionskranke erkennen Diabetes Patienten ihre „Symptome“ häufig nicht als Depression, sondern klagen über allgemeine Beschwerden, wie Erschöpfung, Schlafstörungen, Gewichtsveränderungen, Sexualfunktionsstörungen, Freud- und Interesselosigkeit und vieles mehr. Typische Aussprüche von betroffenen Patienten sind: „Ich kann mich für nichts mehr begeistern“, „Alles ist mir zu anstrengend“, „Ich habe keine rechte Freude mehr an Dingen, die mir früher sehr viel Spaß bereitet haben.“

Depression verschlechtert Diabeteseinstellung

Menschen, die an Diabetes mellitus und an einer Depression erkranken, leiden an mehr diabetischen Spätschäden im Vergleich zu Menschen mit Diabetes ohne psychische Erkrankung. Je mehr Symptome der Depression vorhanden sind, und je schwerer diese ausgeprägt sind, desto schlechter ist die Diabeteseinstellung. Depressive Patienten können sich zudem schlechter motivieren, ihren Diabetes in den Griff zu bekommen. Die Selbstfürsorge nimmt ab, und die Versorgungs-Anforderungen werden für einen depressiv diabetischen Patienten immer mühsamer, wie die Durchführung regelmäßiger körperlicher Bewegung, Beachtung genauer Ernährungsvorschriften, konsequente Tabletteneinnahme oder Insulininjektionen, Blutzucker testen, etc.

Über Depressionen zu reden fällt vielen schwer. Denn oft wird Depression als Gefühlschwäche oder als persönliches Versagen interpretiert. "Frauen sprechen über derartige Probleme grundsätzlich leichter als Männer, bei denen sich die Depression häufig in ungeduldigem und aggressivem Verhalten zeigt", weiß Prim. Dr. Heidemarie Abrahamian.

2-Fragen Test

Im ersten Schritt kann eine einfache Diagnose der Depression mit dem 2-Fragen Test erfolgen:

1. Gab es in den letzten vier Wochen eine Zeitspanne, während der Sie sich nahezu jeden Tag niedergeschlagen, traurig oder hoffnungslos fühlten?
2. Oder eine Zeitspanne, während der Sie das Interesse an Tätigkeiten verloren haben, die Ihnen sonst Freude machten?

Werden beide Fragen bejaht und wird ein Zeitraum von mindestens zwei Wochen angegeben, spricht dies für das Vorliegen einer behandlungsbedürftigen Depression. Therapeutisch empfiehlt sich neben psychotherapeutischen Maßnahmen die Verordnung von antidepressiver Medikation. "Bitte scheuen Sie nicht den vertrauensvollen Gang zum Arzt, wenn Sie diesen Test positiv beantworten", empfiehlt Univ. Prof. Dr. Hermann Toplak von der

Österreichischen Diabetes Gesellschaft. "Eine Depression lässt sich heute gut behandeln. Im gemeinsamen Auftreten mit anderen Krankheiten – vor allem bei Diabetes – kann sie jedoch besonders gefährlich werden."

Die **Österreichische Diabetes Gesellschaft (ÖDG)** ist die ärztlich-wissenschaftliche Fachgesellschaft der österreichischen Diabetes-ExpertInnen. Ihre zentrale Aufgabe ist die Forschung und Förderung des wissenschaftlichen Austausches aller auf dem Gebiet der Diabetologie tätigen ForscherInnen und ÄrztInnen sowie die Sicherstellung einer der aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen entsprechenden Betreuung der DiabetikerInnen in Österreich.

Rückfragehinweis

MMag. Jakob Lajta MAS, Martschin & Partner GmbH, Public Relations, Albertgasse 1a, 1080 Wien,
Tel. +43-1-409 77 20 DW 30, office@martschin.com, www.martschin.com