



Depression: Neues Konzept

Grazer MedizinerInnen setzen psychotherapeutischen Schwerpunkt bei chronischer Depression

Österreichweit einzigartiges Therapiekonzept

Frühe traumatisierende Erfahrungen werden oft als Ursache einer chronischen Depression genannt. Rund ein Viertel aller von Depressionen Betroffenen leidet an der chronischen Form dieser Erkrankung. An der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin am LKH-Universitätsklinikum Graz wurde nun österreichweit erstmals ein neuer Schwerpunkt in der psychotherapeutischen Behandlung der chronischen Depression gesetzt.

Chronische Depression: Junge Erwachsene als Hauptbetroffene

Der 10. Oktober gilt seit dem Jahr 1992 als Welttag der geistigen Gesundheit. Mittlerweile nehmen jährlich rund 900.000 ÖsterreicherInnen das Gesundheitssystem auf Grund psychischer Erkrankungen in Anspruch, wobei die Zahl der Betroffenen nach wie vor ansteigt. Rund 10% der Frauen und 6% der Männer gaben beispielsweise bei der Österreichischen Gesundheitsbefragung 2014 an, in den letzten 12 Monaten an einer Depression gelitten zu haben. Etwa ein Viertel aller an einer Depression Erkrankten leidet an einer chronischen Depression. Davon spricht man, wenn die Depression mindestens zwei Jahre andauert. „Die chronische Depression ist in 75% der Fälle durch einen sehr frühen Beginn bereits vor dem 21. Lebensjahr gekennzeichnet“, erklärt OA Dr. Helmut Schöggel, Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin am LKH-Universitätsklinikum Graz. Die chronische Depression ist eine extrem beeinträchtigende Störung, die bisher als schwer therapierbar gilt. Eine schwierige Kindheit verbunden mit Vernachlässigung, Verlusterfahrungen oder dem Durchleben verschiedener Formen der Misshandlung, vor allem auch emotionaler Missbrauch, gelten als Auslöser dieser Form der Depression. „Chronisch Depressive sind meist nicht in der Lage mit ihrer Umwelt ungestört zu interagieren“, sagt Helmut Schöggel. Durch negative Erfahrungen in der Kindheit versuchen chronisch depressive Menschen soziale Interaktionen zu vermeiden, um nicht wieder verletzt zu werden. „Dieses automatisierte Verhaltensmuster wird immer weitergetragen, so dass PatientInnen in ihren sozialen Interaktionen erheblich beeinträchtigt sind“, beschreibt Helmut Schöggel den Krankheitsverlauf.

CBASP: Beziehungsgestaltung als zentrales Element

Die Behandlung von chronisch depressiven Menschen stellt die Medizin vor eine große Herausforderung, da PatientInnen mitunter unzureichend auf eine antidepressive Medikation bzw. auf klassische antidepressive Psychotherapiekonzepte ansprechen. Österreichweit einzigartig wird an der Grazer Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin nun ein neues Therapiekonzept

schwerpunktmäßig eingesetzt. Das Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapie – kurz CBASP – ist ein relativ neues Behandlungsverfahren, welches von Prof. James P. McCullough an der Virginia Commonwealth University, USA, entwickelt wurde. Bis heute ist es weltweit der einzige Therapieansatz, der speziell für chronisch depressive PatientInnen ausgerichtet ist. Helmut Schöggel und seine Kollegin OA Dr. Daniela Otti absolvierten die Ausbildung zum zertifizierten CBASP-Therapeuten an der Psychologischen Hochschule in Berlin und haben dieses Therapiekonzept nun erstmals an eine Universitätsklinik nach Österreich gebracht.

Das CBASP Konzept lebt von der multidisziplinären Zusammenarbeit unter aktiver Einbeziehung von Pflegepersonen, Ergo- und PhysiotherapeutInnen, PsychotherapeutInnen und SozialarbeiterInnen. „Wir führen das neue Therapiekonzept mittlerweile im ambulanten als auch stationären Setting durch“, berichtet Helmut Schöggel. Das Therapiekonzept selbst ist dreistufig aufgebaut. In der Akutphase arbeiten die TherapeutInnen mit den PatientInnen an den Prägungen durch die wichtigsten Bezugspersonen, welche das Denken, Empfinden und Handeln der PatientInnen bis heute stark beeinflussen. In weiterer Folge wird die „Übertragungshypothese“ formuliert, welche die Angst der PatientInnen widerspiegelt, vom Therapeuten z.B. für wertlos erachtet oder gar „bestraft“ zu werden, wenn emotionale Brennpunkte („Hot Spots“) zwischen den PatientInnen und dem Therapeuten entstehen. In der Hauptphase des CBASP Konzeptes finden die Situationsanalysen statt. Darunter versteht man eine mehrstufige, interpersonelle Problemlösungsaufgabe. „Unsere PatientInnen lernen in schwierigen sozialen Situationen realistische Ziele zu formulieren und diese durch hilfreiche motivierende Gedanken und adäquates Verhalten auch zu erreichen“, erklärt Helmut Schöggel. Die Beziehungsgestaltung ist ein Schlüsselement des Therapiekonzeptes. Durch die umsichtige Selbstöffnung des Therapeuten gegenüber dem Patienten können heilsame Beziehungserfahrungen gelingen. Die Abschiedsphase bildet den Abschluss der Therapie, wenn PatientInnen von der Einzeltherapie in eine Gruppenphase überführt werden, um einerseits den Therapieerfolg zu stabilisieren und gleichzeitig eine Rückfallprophylaxe zu erreichen.

Umsetzung an der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin

Im letzten Jahr wurden an der Grazer Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin rund 20 PatientInnen im stationären und ambulanten Setting behandelt. Empfohlen wird eine Therapiedauer von zumindest 25 Sitzungen. Eine Weiterführung der Behandlung mit niedriger Frequenz oder die Überführung in ein Gruppensetting erscheint im Sinne einer Erhaltungstherapie zur Rückfallprophylaxe sinnvoll.

Im Rahmen von Diplomarbeiten an der Med Uni Graz werden Systematic-Reviews erstellt, welche die bisherigen Forschungsergebnisse über die Rolle von CBASP und dessen Effektivität in der Behandlung chronisch Depressiver im ambulanten und stationären Setting, darstellen. Eine laufende Evaluation der Behandlungserfolge zum Nachweis der Wirksamkeit von CBASP ist in Planung. Eine internationale wissenschaftliche Zusammenarbeit mit dem CBASP-Netzwerk, www.cbasp-network.org, ist vorstellbar.

Im Rahmen des 47. Integrativen Seminars für Psychotherapie, vom 23. bis 28.10.2016 in Bad Gleichenberg, findet erstmals ein Workshop zur Behandlung Chronischer Depression mit CBASP statt.

Weitere Informationen:

OA Dr. Helmut Schöggel

Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin

LKH-Universitätsklinikum Graz

Tel.: +43 316 385 86218

helmut.schoeggel@klinikum-graz.at

OA Dr. Daniela V. Otti
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin
LKH-Universitätsklinikum Graz
Tel.: +43 316 385 83615
daniela.otti(at)klinikum-graz.at

Text: Steiermärkische Krankenanstaltengesellschaft m.b.H. und Medizinische Universität Graz



Friday, 07. October 2016