

Bipolar Erkrankte leben zwischen den Extremen. Für sie gibt es zwischen Jubel und Traurigkeit praktisch nichts. Doch die Diagnose zu stellen, ist schwer, weshalb Betroffene hier besonders schlecht versorgt sind.

Rund 24 Prozent der Patienten, bei denen Depressionen diagnostiziert werden, leiden eigentlich an einer bipolaren Störung. So lautet das Ergebnis einer aktuellen Studie der britischen Neasham Road Surgery, Darlington. Allein in Deutschland leben mindestens zwei Millionen Menschen als Grenzgänger zwischen Euphorie und Trübsal. Experten nehmen an, dass insgesamt bis zu 60 Prozent der bipolaren Störungen nicht erkannt oder fehldiagnostiziert werden. Im Durchschnitt vergehen bis zur richtigen Diagnose achteinhalb Jahre und mehrere Krankheitsphasen. „Die schwierige Diagnose liegt zum einen an den individuell sehr verschiedenen Ausprägungen und Verläufen der Erkrankung, zum anderen sind viele Betroffene unzureichend informiert oder scheuen den Gang zum Arzt, auch aus mangelnder Krankheitseinsicht“, weiß Schide Nedjat, leitende Ärztin der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster.

Der Verlauf der Phasen

Bipolare Störungen verlaufen in Phasen, in manischen, hypomanen oder depressiven Episoden, die einzeln auftreten, sich aber auch überlappen können. Die durchschnittliche Dauer der Krankheitsphasen liegt bei vier bis zwölf Monaten. Insbesondere Patienten mit Hypomanie, einer abgeschwächten Form

der Manie, fehlt oft die Krankheitseinsicht. Nach einer depressiven Phase empfinden sie die gehobene Grundstimmung und den gesteigerten Antrieb, die mit hypomanen Episoden einhergehen, als Erleichterung und nicht als Krankheit, zumal ihre Leistungsfähigkeit in diesen Phasen meistens am höchsten ist.

Schwierige Unterscheidung

Die meisten Patienten aber leiden unter weniger schweren Ausprägungen der Manie. Sie erleben Mischzustände mit depressiven Symptomen. Doch genau darin liegt die Gefahr: „Bipolare Patienten werden oft als rezidivierend depressiv eingestuft, was bedeutet, dass sie keine stimmungsstabilisierende Behandlung erhalten. Je früher die bipolare Störung auftritt und je länger die Symptome anhalten, desto schlechter ist die Prognose“, so die Expertin.

Nicht selten haben Menschen mit bipolaren Störungen zusätzlich mit Mobbing, Arbeitsplatzverlust und Scheidung zu kämpfen. Denn ihre Stimmungsschwankungen entwickeln eine Eigendynamik.

Die Anzahl der einzelnen Krankheitsepisoden variiert. In den ersten zehn Erkrankungsjahren sind es durchschnittlich vier. In dieser Zeit ist auch das Suizidrisiko am höchsten.

Insgesamt nehmen sich 15 Prozent der Betroffenen das Leben, jeder vierte begeht einen Suizidversuch.

Medikamente dringend nötig!

In der Therapie bipolarer Störungen spielen Medikamente eine zentrale Rolle. Doch ohne begleitende Psychotherapie helfen sie nur begrenzt, denn der Patient muss lernen, ein neues Selbstkonzept zu entwickeln, seinem Leben wieder eine Struktur zu geben, mit Stresssituationen umzugehen und Krisen zu meistern. Oft werden Medikamente aufgrund unerwünschter Nebenwirkungen, wie Potenzproblemen, eigenmächtig abgesetzt. Ohne Medikamente beträgt die Rückfallquote aber 80 Prozent, mit Medikamenten nur 10.



Schide Nedjat, leitende Ärztin der Christoph-Dornier-Klinik für Psychotherapie in Münster



Foto: DAK/Wigger

Leben in Extremen Bipolare Störung – zwischen Euphorie und Trübsal

Alptraum Arbeitswelt Wie Mobbing die Menschen krank macht

Ständige Kritik, kein freundliches Wort, manchmal Drohungen oder böse Witze – so werden in Deutschland schätzungsweise 1,5 Millionen Menschen an ihrem Arbeitsplatz behandelt. Zusätzlich muss man bei Mobbing von einer hohen Dunkelziffer ausgehen, denn viele Betroffene können oder wollen sich nicht wehren. Ihnen bleibt häufig nur noch die Kündigung.

Die Facetten des Terrors

Am Anfang steht oft ein Konflikt. Kann dieser nicht mit üblichen Mitteln gelöst werden, konzentriert sich der Unmut von Kollegen oder Vorgesetzten auf eine Person. Manchmal, aber nicht immer, bringt diese bestimmte Voraussetzungen mit, die einen Ansatzpunkt bieten, um sie zum Opfer zu machen. Das können körperliche Merkmale oder ein sprachlicher Akzent sein. Was dann mit der Verweigerung des morgendlichen Grußes beginnt, mündet schon bald in massiven Drohungen, sexuellen Übergriffen oder der Verbreitung übler Gerüchte. Besonders schwierig ist die Situation, wenn der „Aggressor“ ein Vorgesetzter ist. Die Chancen des Mitarbeiters, sich dann erfolgreich gegen das Mobbing zu wehren, sind sehr gering.

Der Kreis der Konsequenzen

Dabei sind die Konsequenzen für das Opfer erheblich. Der ständige Druck führt bei vielen Betroffenen zu psychosomatischen Erkrankungen. Schlafstörungen, daraus resultierende Erschöpfung, Rückenbeschwerden und allgemeine Angststörungen sind häufige Folgen. Überdurchschnittlich viele Fehlta-



Mobbing am Arbeitsplatz kann schwerwiegende gesundheitliche Folgen für die Opfer haben

Foto: bananaStock

Je schlechter die wirtschaftliche Lage, desto rigorosere das Hauen und Stechen in der Arbeitswelt. Tatsache ist: Der Ton auch unter Kollegen ist rauer geworden. Die Autorin Inge Kokot über Mobbing und seine Folgen für die Gesundheit.

ge, mangelnde Konzentrationsfähigkeit und Leistung sind die Folge und können sogar bis zur Kündigung führen. „Es ist extrem schwer den Betroffenen in dieser Lage zu helfen. Die Behandlung der Symptome ist keine Lösung, solange die Situation am Arbeitsplatz nicht verändert wird, erklärt Dr. med. Wolfgang Sohn, Allgemeinarzt und Psychotherapeut aus Schwalmtal. „Depressive Phasen und Arbeitsunfähigkeit sind häufig das Ergebnis, wenn der Zustand zu lange andauert.“

Strategien gegen den Stress

Ist die Situation noch nicht ganz verfahren, kann dagegen ein Gespräch mit dem Kollegen oder Vorgesetzten hilfreich sein. Wichtig ist es, deutlich und ohne Aggressionen das Problem zu formulieren. Unbeteiligte Kollegen sollten gefragt werden, ob sie Gründe für die Situation kennen.

Helfen diese Maßnahmen nicht mehr, sind der Betriebs- bzw. Personalrat oder auch der Arbeitsschutzbeauf-

tragte mögliche Ansprechpartner. Sie können, nachdem der Konflikt überprüft wurde, Vermittlungsgespräche einleiten.

Aber auch persönliche Maßnahmen können dem Opfer weiterhelfen. Das Gespräch in der Familie oder mit Freunden gibt dringend notwendigen psychischen Halt. Treten gesundheitliche Probleme auf, sollte auf jeden Fall ein Arzt eingeschaltet und über die Situation informiert werden. In Ernstfall kann dieser eine Bescheinigung ausstellen, die es dem Opfer ermöglicht, außerhalb der üblichen Fristen zu kündigen. Mobbt der Chef selbst, und kann man das anhand eines Mobbingtagebuchs o.ä. beweisen, kann man vor Gericht erfolgreich auf Entschädigung bzw. Abfindung klagen.

Hilfe und Informationen zu diesem brisanten Thema gibt es auch hier:

- www.dgb.de
- www.mobbing-web.de
- www.mobbing.net
- www.mobbing-help.de