

MANISCH-DEPRESSIV

Durchhalten, auch wenn man es kaum aushält

Angehörige von Menschen mit manischer-depressiver Erkrankung (Bipolare Störung) sind doppelt gefordert. Dies gilt auch für die Betroffenen. Im depressiven Zustand ziehen sie sich eher zurück. «Befinden sie sich aber in einer manischen Phase, so sind sie in absoluter Hochstimmung, fühlen sich grossartig und sind davon überzeugt, dass ihnen alles gelingt. Sie können dann weder mit guten Ratschlägen noch mit Warnungen erreicht werden», sagt der Psychiater und Psychotherapeut **Waldemar Greil** (Bild) aus Kilchberg, Vizepräsident der Schweizer Gesellschaft für Bipolare Störungen.



oder ihre Familie zerstören. Für sie selbst ist oft auch dann noch alles in bester Ordnung, wenn in ihrem Umfeld bereits Verzweiflung herrscht.

Wie können Betroffene in der Manie trotzdem zur Einsicht gebracht werden? «Auch wenn es nur schwer auszuhalten ist, kann dem Betroffenen am besten dadurch geholfen werden, dass man sich weiterhin um ihn kümmert und alles daran setzt, ihn zu einer Behandlung zu bewegen.» Erfolgsaussichten sind laut Greil am ehesten gegeben, wenn man bereits in der Hypomanie entsprechend reagiert. Dann ist die Manie noch nicht voll ausgeprägt, und der Betroffene ist in dieser Phase noch zugänglicher.

Krisenplan*

Nach den gesetzlichen Bestimmungen ist es nur dann erlaubt, jemanden gegen seine Einwilligung in eine Klinik einzuweisen, wenn eine akute Selbst- oder Fremdgefährdung vorliegt. Auch wenn der Betroffene dies anders wahrnimmt, kann es direkt als eine Chance begriffen werden, wenn er sich in der Öffentlich-

keit so ungebührlich benimmt, dass die Polizei gerufen und er dadurch einer Behandlung zugeführt wird.

Immer mehr Betroffene, die bereits manische Phasen durchgemacht und die negativen Folgen erlebt haben, sind heute dazu bereit, eine Art Verfügung auszustellen: Sie erlauben einem Angehörigen oder einer sonstigen Vertrauensperson, sie bei bestimmten Anzeichen sofort einer umfassenden Behandlung zuzuführen. Heute wird auch zunehmend «Psychoedukation», die Vermittlung von Krankheitswissen, eingesetzt. Dabei lernen die Betroffenen und ihre Angehörigen entsprechende Warnhinweise im Vorfeld zu erkennen und dadurch das Risiko einer erneuten Krankheitsphase zu verringern.

«Wichtig ist, Stresssituationen so weit als möglich zu vermeiden, auf genügend Schlaf zu achten und ein massvolles, geregeltes Leben zu führen», sagt Waldemar Greil. Zudem trage die regelmässige Einnahme von Medikamenten dazu bei, die Stimmungslage über längere Zeit stabilisieren zu können. *pb*

*) Die ursprüngliche Zwischenüberschrift („Zwangseinweisung“) wurde geändert