

## RATGEBER

# Vor und nach der Diagnose Schizophrenie – was jetzt?

Fest steht: Niemand ist schuld. Weder der Patient noch die Angehörigen. Denn an Schizophrenie kann jeder erkranken. Die heutigen Behandlungs- und Heilungsmöglichkeiten sind gut. Hilfe bieten die Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR).

«Je rascher bei schizophrenen Symptomen fachliche Hilfe gesucht wird, desto wirksamer sind die individuell verordneten Therapien und desto grösser sind die Chancen einer vollständigen Genesung.» Markus Bünter, Co-Chefarzt und Leiter der Geronto-Psychiatrie bei den Psychiatrischen Diensten Graubünden (PDGR), spricht aus langjähriger Erfahrung. «Ein Viertel bis ein Drittel der schizophrenen Episoden heilt spontan. Aber auch schwere Verläufe bessern sich oft, wenn eine konsequente Therapie erfolgt», so Bünter.

## Warum erkrankt jemand?

Warum jemand an Schizophrenie erkrankt, ist nach wie vor nicht genau erforscht. Menschen, die erkranken, sind verletzlicher auf körperliche, seelische und soziale Belastungen. Auch Cannabiskonsum kann das Erkrankungsrisiko erhöhen. Am häufigsten beginnt die Krankheit zwischen dem 18. und dem 35. Lebensjahr mit einem Häufigkeitsspitzen von 24 Jahren bei Männern und 28 Jahren bei Frauen. «Aber treffen kann es jeden.»

Oft beginnt eine Schizophrenie ganz unmerklich. Reagiert jemand sehr empfindsam auf innere und äussere Belastungen oder verletzlicher als andere, können dies Anzeichen sein. «Auch wenn man zunehmend Mühe hat, morgens aufzustehen, etwas zu unternehmen (Antriebsschwäche) oder wenn die Leistung abnimmt, kann dies den Beginn der Erkrankung kennzeichnen», sagt Romy Lachmann, Leiterin der Reha-Station

C 22 bei den PDGR der Klinik Waldhaus in Chur.

In anderen Fällen verändert sich die eigene Wahrnehmung. Betroffene hören, sehen, riechen oder schmecken etwas, was für andere nicht wahrnehmbar ist. Manche glauben, dass andere ihre intimsten Gedanken hören können. Verändern kann sich ebenso das Gefühlsleben. «Oft erscheinen die ersten Symptome unspektakulär, weshalb es oft schwierig ist, die Schizophrenie zu erkennen», so Bünter. Bei den PDGR liegt ein Frühwarnzeichenkatalog auf, den man bestellen kann.

## In der Klinik

«Bei uns ist es nicht viel anders, als in einem Spital. In akutem Stadium, wenn jemand stark selbstgefährdet oder fremdgefährdet ist, wird diese Person genau wie im Spital auf der Intensiv- respektive Notfallstation kurze Zeit intensiv medizinisch behandelt. Danach und in allen nicht so akuten Fällen erhalten Betroffene in offenen Stationen individuelle Therapien», erklären Markus Bünter und Romy Lachmann. Die Behandlung basiert auf drei Säulen: Medikamente (Neurolepti-



Co-Chefarzt und Leiter der Geronto-Psychiatrie bei den PDGR, Dr. med. Markus Bünter, und Romy Lachmann, Leiterin der Reha-Station C 22 in der Klinik Waldhaus, helfen und unterstützen Schizophrenie-Erkrankte ambulant und stationär.

ka), Psychotherapien und soziale Unterstützung. Ziel ist es, eine möglichst gute individuelle Lebensqualität zu erreichen. Viele können weiterhin in ihren Berufen arbeiten. Ein Tag in den Kliniken Waldhaus und Beverin gestaltet sich mit Mal- und Entspannungstherapien, mit Bewegung, Sport, Gartenarbeit und anderen Beschäftigungsmöglichkeiten sowie mit Gesprächen abwechslungsreich. Abends können die Patienten ihre Freizeit mit Gesellschaftsspielen, fernsehen, lesen oder Spaziergängen selbst aktiv gestalten. Sie können sich ebenso mit anderen Patienten unterhalten, den Fitnessraum benutzen oder ins Patientencafé gehen. «Wir wissen, dass der Begriff Schizophrenie stark negativ behaftet ist. Leider halten sich die Vorurteile hartnäckig, weshalb auch an Schizophrenie Erkrankte stigmatisiert werden», bedauern Markus Bünter und Romy Lachmann, die ebenso hartnäckig versuchen dagegen anzukämpfen. Noch führen sie einen Kampf gegen Windmühlen.

## ■ ANLAUFSTELLE PDGR UND VASK

Wer für sich oder Angehörige Hilfe bei psychischen und schizophrenen Erkrankungen oder Depressionen sucht, wendet sich an den Hausarzt oder vereinbart einen Termin mit einer Fachperson der PDGR. Infos: [www.pdgr.ch](http://www.pdgr.ch); Tel. 058 225 25 25 (24 Stunden Hotline). Wichtige Anlaufstelle ist auch die VASK, Vereinigung der Angehörigen von Schizophrenie/Psychisch-Kranken, [www.vaskgr.ch](http://www.vaskgr.ch)



Die Wahrnehmung ist bei an Schizophrenie Erkrankten oft verzerrt.

Bilder Susi Haas