

Wenn die Welt plötzlich nicht mehr dieselbe ist

*Frauen und Depression –
Kamila Dudova, Oberärztin
der Psychiatrischen Klinik
Oberwil, brachte Licht ins
Dunkel der Gefühle.*

Frauen sind weit häufiger von Depressionen betroffen als Männer. Sie bemerken schneller, dass etwas mit ihnen nicht stimmt, und erleben die Krankheit anders. Etwa 12 Prozent der Männer erkranken mindestens einmal in ihrem Leben an Depression, bei Frauen sind es fast 22 Prozent. In der Galerie In Touch war dem Thema «Frauen und Depression» am Donnerstag ein Abend gewidmet. Kamila Dudova, Oberärztin der

Psychiatrischen Klinik Oberwil, stand mit Referat und Rat zur Verfügung.

Depression oft zu spät erkannt

«Frauen sind oft viel zu geduldig», eröffnet Kamila Dudova. «Zudem wird eine Depression oft zu spät oder gar nicht erkannt.» Bevor Dudova aber mit ihrem eigentlichen Vortrag begann, erkundigte sie sich bei ihrem Publikum – mehreren Frauen und einem einzigen Mann – nach besonders gewünschten Themen. Bereits in dieser Anfangsphase äusserten die Zuhörerinnen und der Zuhörer ganz spezifische Fragen. Die Mehrzahl der Anwesenden kannte die Krankheit zudem aus eigener Erfahrung und gab Einblicke in die persönliche Geschichte. «Bei mir war es ein Moment,

in dem die Welt plötzlich nicht mehr dieselbe war und ich in der Depression steckte», erklärte eine Zuhörerin.

Frauenspezifische Themen

Dudova ging schliesslich gemäss den Wünschen der Anwesenden auf verschiedene, vor allem frauenspezifische Themen rund um die Depression ein. Depressive Phasen in Zusammenhang mit der Menstruation, Schwangerschaft und Geburt sowie der Menopause. Die Ärztin gab dabei einen Einblick sowohl in genetische als auch biochemische, aber auch soziale und kulturelle Faktoren. «3 bis 8 Prozent aller Frauen leiden am prämenstruell-dysphorischen Syndrom», so Dudova. Gravierende psychische Symptome, unter anderem starke Suizidgedan-

ken können dabei auftreten. Immer wieder betonte die Ärztin während ihren Ausführungen, wie wichtig es ist, kompetente Hilfe anzunehmen: «Ich möchte alle, die an einer Depression leiden, ermutigen, mit einem Facharzt zu reden und ein Antidepressivum zu nehmen. Wir sind nicht perfekt. Zu erkennen, dass man Hilfe braucht und diese dann auch anzunehmen, ist wichtig.»

Die immer wieder einflussenden, äusserst zahlreichen und konkreten Fragen der Zuhörerinnen gaben ausserdem ein Bild davon, wie brennend das Thema Depression ist. Dies unterstrich zugleich die Ausführungen von Dudova, dass Psychoedukation, also das Informieren über die Krankheit, wichtig und ein Bedürfnis ist. **CAROLINE BRÄNDLI**