

# Die Beratung wird ausgebaut

**INTERLAKEN** Mit zwei neuen Sprechstunden weisen die Psychiatrischen Dienste der fmi-Spitäler AG in Interlaken auf zwei ganz unterschiedliche Beratungsangebote hin: Beim einen geht es um Autismus-Störungen, beim anderen um postpartale Depressionen.

Unterschiedlicher könnten die beiden Themenbereiche nicht sein, zu denen die Psychiatrischen Dienste der fmi-Spitäler AG in Interlaken neue Spezial-sprechstunden anbieten: Menschen mit autistischen Störungen haben keine Krankheit, sondern ein etwas anderes «Betriebssystem» als die Mehrheit, mit der sie sich im Alltag arrangieren müssen; postpartale Depressionen können bei Müttern und Vätern im ersten Jahr nach der Geburt eines Kindes vorübergehend auftreten und sind praktisch immer heilbar. Beiden gemeinsam ist, dass sich allein schon durch die Diagnose, die professionelle Beratung und den Einbezug des Umfeldes viel Leid und mögliche Folgeerkrankungen vermeiden lassen. Damit Betroffene, Hausärzte und weitere Beteiligte möglichst früh reagieren können, machen die Psychiatrischen Dienste mit niederschwelligeren Sprechstunden auf ihre Angebote aufmerksam.

## Anders sein, gesund bleiben

«Autismus wird häufig schon bei Kindern diagnostiziert», sagt der Psychiater und leitende Arzt Tim Niemeyer, der zusammen mit der Psychologin Edith Schwarz für die Autismus-Sprechstunde in Interlaken verantwortlich ist. Dagegen werden leichtere autistische Störungen wie etwa das Asperger-Syndrom oft erst im Erwachsenenalter erkannt. «Damit sie auch richtig abgeklärt werden können, ist für solche Fälle eine leicht zugängliche Be-

«Depressive Eltern können emotional nicht so auf ihr Kind reagieren wie gesunde.»

Anne-Kathrin Brassel



Tim Niemeyer ist für die neue Autismus-Sprechstunde in Interlaken verantwortlich.



Anne-Kathrin Brassel und Jean-Pierre Weyermann haben in ihrer neuen Sprechstunde für junge Eltern eine gute Nachricht: Postpartale Depressionen sind praktisch zu hundert Prozent heilbar.

Bilder Sibylle Hunziker

## DEPRESSIONEN

### Heilbar, aber belastend

Neben üblichen Symptomen von Depressionen wie Erschöpfung, Traurigkeit oder Dünnhäutigkeit können postpartale Depressionen spezifisch bei Müttern auch die Angst auslösen, sie könnten dem Kind etwas antun. Diese besonders belastenden – oft in Form von sich zwingend aufdrängenden – Gedanken suchen mehr als die Hälfte der betroffenen Frauen heim. Eine Erleichterung bringt den betroffenen Frauen oft das statistisch gut belegte Wissen, dass derartige Gedanken nur in äusserst seltenen Fällen und unter besonderen Umständen von Betroffenen in die Tat umgesetzt werden. *shu*

[www.postnatale-depression.ch](http://www.postnatale-depression.ch)

ratung wichtig», erklärt Niemeyer. Bei autistischen Störungen handelt es sich zwar nicht um Krankheiten, und deshalb gibt es auch nichts zu heilen (siehe Kasten). Wohl aber ist eine Diagnose wichtig, damit die Betroffenen und ihr Umfeld wissen, warum sie in bestimmten Bereichen immer anecken. «Allein schon zu wissen, dass der Betroffene einfach anders tickt, kann Konflikte reduzieren und mindert den Leistungsdruck», erklärt Niemeyer.

## KEINE «MODEDIAGNOSEN»

**Autistische Störungen** Menschen mit autistischen Störungen können sich nicht in andere versetzen. Das führt zu Problemen in der Kommunikation. Zwar haben die meisten Betroffenen die üblichen sozialen Verhaltensweisen gelernt. Weil sie sich aber auf Details konzentrieren und Mühe mit dem Überblick haben, geraten sie schnell in Panik in unerwarteten Situationen, in denen ritualisierte Verhaltensweisen nicht viel helfen. Andererseits verleihen «andere Betriebssysteme» auch besondere Stärken. So können sich Menschen mit Asperger-Syndrom oft lange auf eine Arbeit konzentrieren und kleinste Unterschiede erkennen – manche sind zum Beispiel wunderbare Forscher, wären aber verloren, wenn sie ihre Resultate auch im Kontakt nach-

ausen «vermarkten» müssten. Weil Asperger- und ähnliche Diagnosen in den letzten Jahren zunahm, kamen sie in den Verdacht von «Modediagnosen». Solchen Vorwürfen entgegnet Tim Niemeyer: «Diagnoseinstrumente verfeinern sich bei psychischen Erkrankungen genauso wie bei physischen. Und es würde ja auch keinem einfallen, Darmkrebs als Modediagnose zu bezeichnen, nur weil man ihn in früheren Zeiten nicht diagnostizieren konnte.» Wichtig sei eine ordentliche Diagnostik auch, damit man Depressionen oder körperliche Krankheiten, die sich ähnlich äusserten, ausschliessen könne. Denn solche Krankheiten würden eine medizinische Behandlung brauchen. *shu*

[www.autismusschweiz.ch](http://www.autismusschweiz.ch)

«Wer die eigenen Stärken und Schwächen kennt, kann sich in Beruf und Privatleben besser richten. Das hilft auch, Folgeerkrankungen wie beispielsweise Depressionen oder Abhängigkeitserkrankungen vorzubeugen.» Ergibt die Abklärung in der Sprechstunde, dass eine autistische Störung vorliegt, kann eine gezielte psychologische Betreuung oder der Besuch einer Selbsthilfegruppe sinnvoll sein. Neben der kleinen, gut ausgelasteten

Sprechstunde in Interlaken ist dem Psychiater auch Öffentlichkeitsarbeit ein Anliegen, damit die Mehrheit den Minderheiten mit «anderem Betriebssystem» mit Verständnis begegnet.

## Mehr als ein «Babyblues»

«Postpartale Depressionen sind nicht zu verwechseln mit dem Babyblues», stellt die leitende Ärztin Anne-Kathrin Brassel klar. Während der «Babyblues» nur in den ersten Stunden oder

Tagen nach der Geburt auftritt und allein die Mütter betrifft, können postpartale Belastungen noch Monate später auftreten und sich länger hinziehen. Sie betreffen etwa 15 Prozent der Mütter. Bei Vätern weiss man weniger, aber Studien sprechen von 4 bis 25 Prozent. «Bei früheren depressiven Erkrankungen scheint ein erhöhtes Risiko zu bestehen», sagt Brassel. Zu den Auslösern gehört vermutlich auch der gesellschaftliche Erwartungsdruck, den viele verinnerlicht haben: Die Geburt eines Kindes hat eitel Sonnenschein zu sein. In der Realität aber können neben Schlafmanko und materiellen Sorgen auch negative Gedanken und Gefühle auftreten. Die Spannung zwischen unrealistischer Erwartung und realen Schwierigkeiten kann krank machen.

## Immer heilbar

Die gute Nachricht: Postpartale Depressionen sind praktisch zu hundert Prozent heilbar. Trotzdem ist es nicht ratsam, einfach abzuwarten, bis sie vorübergehen. «Depressive Eltern können emotional nicht so auf ihr Kind reagieren wie gesunde», erklärt Brassel. «Das kann die Entwicklung des Kindes verzögern und seine Beziehung zu den Eltern beeinträchtigen.» Damit immer jemand für eine möglichst frühzeitige Abklärung erreichbar ist und die Hemmschwelle auch für betroffene Väter möglichst tief ist, kümmern sich neben Anne-Kathrin Brassel auch die Psychologin Stephanie Michel und der Psychologe Jean-Pierre Weyermann um die Sprechstunde. «Uns ist wichtig, die Hilfe genau auf die Situation der betroffenen Familie abzustimmen», betont Jean-Pierre Weyermann. «Das kann zum Beispiel eine ambulante Therapie sein oder auch eine vorübergehende Entlastung zu Hause durch die Spitex oder ähnliche Dienste.» Betroffene können sich selber für eine Sprechstunde melden oder von Hausärzten, Hebammen oder Beratungsstellen aufmerksam gemacht werden. Das Bedürfnis für die Sprechstunde ist da. «Auf den Flyer haben wir schon etliche positive Rückmeldungen von Hausärzten erhalten», freut sich Anne-Kathrin Brassel. *Sibylle Hunziker*