

Deutschland-Barometer Depression zeigt massive Folgen der Erkrankung auf Partnerschaft und Familie

Bei der Hälfte der Betroffenen kommt es zu Problemen in der Partnerschaft - Wissenslücken bei Angehörigen führen zu Unverständnis und Fehlinterpretationen - Rückzug und Gefühllosigkeit sind krankheitsbedingt

Berlin/Leipzig 27.11.2018 - Die Erkrankung Depression belastet Partnerschaft und Familie in hohem Maße: 84 Prozent der Erkrankten haben sich während ihrer Depression aus sozialen Beziehungen zurückgezogen. Das belegt das heute veröffentlichte zweite „Deutschland-Barometer Depression“ von Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Deutsche Bahn Stiftung. Die repräsentative Befragung untersucht Einstellungen und Erfahrungen zur Depression in der Bevölkerung. Befragt wurden 5.000 Personen zwischen 18 und 69 Jahren aus einem repräsentativen Online-Panel für die deutsche Bevölkerung in Privathaushalten.

Partnerschaftskonflikte und Trennung als Folge der Depression

Knapp drei Viertel (72 Prozent) der Befragten mit der Diagnose Depression beschreiben, während der Erkrankung keine Verbundenheit zu Menschen mehr zu empfinden. Dies hat weitreichende Folgen: Die Hälfte der Betroffenen berichtet von Auswirkungen auf die Partnerschaft. 45 Prozent davon haben erlebt, dass es aufgrund der Depression zu einer Trennung gekommen ist. „Die hohe Zahl der Trennungen zeigt, was für eine tiefgreifende Erkrankung die Depression ist“, erläutert Prof. Ulrich Hegerl, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, die Ergebnisse. „An Depression erkrankte Menschen verlieren den Antrieb, ihr Interesse und fühlen sich innerlich abgestorben, ohne Verbundenheit mit anderen Menschen oder ihrer Umwelt. Sie ziehen sich zurück und sehen den gesamten Alltag wie durch eine schwarze Brille. All diese krankheitsbedingten Veränderungen haben massive Auswirkungen auf Partnerschaft und familiäre Beziehungen. Deshalb ist Depression oft die Ursache und nicht die Folge von Partnerschaftskonflikten“, so Hegerl weiter. Ein Teil der Betroffenen berichtet rückblickend aber auch von positiven Erfahrungen: 36 Prozent der Betroffenen gaben an, dass die Depression die Beziehung zum Partner sogar vertieft und gefestigt hat. „Das gemeinsame Überstehen des großen Leidens, das die Depression verursacht, kann zu einem Zusammenwachsen führen“, erklärt Hegerl.

Wissenslücken im sozialen Umfeld sorgen für Unverständnis gegenüber Betroffenen

Das Deutschland-Barometer Depression 2018 liefert auch Daten zu den Erfahrungen von Angehörigen: 73 Prozent entwickeln Schuldgefühle gegenüber ihrem erkrankten Partner und fühlen sich für dessen Erkrankung und Genesung verantwortlich. Fast jeder dritte Angehörige (30%) gab an, sich schlecht über die Depression informiert zu fühlen. Betroffene, die Auswirkungen der Depression auf die Partnerschaft erlebt haben, berichten deshalb vor allem, sich unverstanden gefühlt und Vorwürfe von ihrem Partner bekommen zu haben (84%).

„Es wird deutlich, dass ein großer Aufklärungsbedarf über die Erkrankung gerade bei Angehörigen und Bekannten besteht. Deshalb hat die Stiftung Deutsche Depressionshilfe in Kooperation mit der Deutsche Bahn Stiftung das deutschlandweite Info-Telefon Depression eingerichtet, bei dem Angehörige und Betroffene kostenfrei Informationen über die Erkrankung erhalten“, so Dr. Christian Gravert, Projektleiter Gesundheitsthemen bei der Deutsche Bahn Stiftung und Leitender Arzt der Deutschen Bahn.

Hinweise für Angehörige

Prof. Hegerl rät Angehörigen: „Akzeptieren Sie die Depression als Erkrankung, die jeden treffen kann! Und informieren Sie sich – denn wer nicht weiß, was eine Depression ist, wird den Rückzug und die fehlende Zuwendung des erkrankten Partners falsch einordnen. Es ist keine Lieblosigkeit oder gar böser Wille, sondern Zeichen der Erkrankung.“ Am besten können Angehörige unterstützen, indem sie einen Termin beim Arzt organisieren und den Betroffenen gegebenenfalls dorthin begleiten. Denn in der Depression fehlen den Betroffenen oft Kraft und Hoffnung, sich Hilfe zu suchen. Hegerl betont aber ebenfalls: „Depression kann nicht mit Zuneigung alleine behandelt werden, sondern erfordert medizinische Hilfe. Es ist wichtig, dass Angehörige und Freunde ihre eigenen Belastungsgrenzen kennen und sich auch Unterstützung organisieren.“

Informationen und Hilfe finden Angehörige unter:

- Wissen und Adressen rund um das Thema Depression [auf www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)
- Deutschlandweites Info-Telefon Depression: 0800 33 44 5 33
- Online-Forum: Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige unter www.diskussionsforum-depression.de
- Sozialpsychiatrische Dienste bei den Gesundheitsämtern
- Beratung und Selbsthilfegruppen speziell für Angehörige www.bapk.de
- Tipps und Übungen für Angehörige: www.familiencoach-depression.de

Über die Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Ziel der 2008 gegründeten Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist es, einen wesentlichen Beitrag zur besseren Versorgung depressiv erkrankter Menschen und zur Reduktion der Zahl der Suizide in Deutschland zu leisten. Vorstandsvorsitzender ist Prof. Dr. Ulrich Hegerl. Die Schirmherrschaft hat der Entertainer und Schauspieler Harald Schmidt übernommen. Neben Forschungsaktivitäten bietet die Stiftung Betroffenen und Angehörigen vielfältige Informations- und Hilfsangebote wie das Diskussionsforum Depression und das deutschlandweite Info-Telefon Depression (0800 33 44 5 33). Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe koordiniert das Deutsche Bündnis gegen Depression zahlreiche lokale Maßnahmen: In über 85 Städten und Kommunen haben sich Bündnisse gebildet, die auf lokaler Ebene Aufklärung über die Erkrankung leisten. Seit 2014 kooperiert die Stiftung Deutsche Depressionshilfe mit der Deutsche Bahn Stiftung gGmbH beim Aufbau des Forschungszentrums Depression und weiteren versorgungsnahen Projekten.

www.deutsche-depressionshilfe.de

Über die Deutsche Bahn Stiftung

Anschluss sichern. Verbindungen schaffen. Weichen stellen: Unter diesem Leitsatz bündelt die Deutsche Bahn Stiftung gGmbH das gemeinnützige Engagement der Deutschen Bahn AG und knüpft damit an die Tradition der Hilfe und Verantwortung an, wie Eisenbahner sie seit jeher leben. Sie setzt sich für die Integration von Menschen am Rande der Gesellschaft ein, fördert ehrenamtliches Engagement und betreibt das DB Museum. So verbindet die Deutsche Bahn Stiftung Eisenbahngeschichte mit Weichenstellungen für die Zukunft. Mit der Deutsche Bahn Stiftung widmet sich erstmals eine Unternehmensstiftung dem Thema Depression bzw. psychische Gesundheit. Aus Mitteln der Stiftung konnte das deutschlandweite Info-Telefon Depression eingerichtet werden sowie das Forschungszentrum Depression in Leipzig. Mehr unter www.deutschebahnstiftung.de