



Dies ist eine Leseprobe von Klett-Cotta. Dieses Buch und unser gesamtes Programm finden Sie unter www.klett-cotta.de

PETER UND SABINE ANSARI

UNGLÜCK AUF REZEPT

DIE ANTIDEPRESSIVA-LÜGE
UND IHRE FOLGEN

mit einem Vorwort von
Prof. Dr. med. Bruno Müller-Oerlinghausen

Klett-Cotta

Werden im Text Handelsnamen genannt, so handelt es sich in aller Regel um eine subjektive Auswahl ohne Anspruch auf Vollständigkeit.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann daher nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Handelsnamen handelt.

Klett-Cotta

www.klett-cotta.de

© 2016 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Printed in Germany

Umschlag: Rothfos & Gabler, Hamburg

unter Verwendung eines Fotos von Image Source/gettyimages

Gesetzt von Dörlemann Satz, Lemförde

Gedruckt und gebunden von CPI – Clausen & Bosse, Leck

ISBN 978-3-608-98060-8

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

*Wir widmen dieses Buch allen Menschen,
die an einer psychischen Erkrankung leiden
und ihren Angehörigen.*

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Professor Dr. med. Bruno Müller-Oerlinghausen	9
Vorwort der Autoren	13
Antidepressive Medikamente – Überblick	16
Patient	
Vier Millionen Menschen nehmen Antidepressiva	19
Suizide trotz antidepressiver Therapie	31
Die Qualen beim Absetzen	46
Psychopharmaka	
Die Biochemie der Depression ist unbekannt	61
Antidepressiva sind unwirksam	75
Die verschwiegenen Nebenwirkungen	93
Pharmaskandale	
Milliardenstrafen für Hersteller	111
Lügen bei der Zulassung von Antidepressiva	122
Wie die Pharmaindustrie die Ärzte beeinflusst	131
Psychiater	
Die Serotonin-Lüge	143
So diagnostizieren Psychiater eine Depression	154
Die Auswahl des passenden Antidepressivums	170

Pillenhistorie

Die Erfindung des ersten Antidepressivums	187
Der Siegeszug der Antidepressiva	196
Therapien von Hippokrates bis heute	210

Perspektive

Weshalb die Ära der Antidepressiva endet	225
Lügen haben kurze Beine	235
Alternative Behandlungsmöglichkeiten	247

Anhang

Danksagung	267
Anmerkungen	269

Vorwort

von Professor Dr. med. Bruno Müller-Oerlinghausen

Vier Millionen Menschen in Deutschland werden mit Antidepressiva behandelt, in den USA sind es mehr als 10 % der Bevölkerung; bedenklicher noch: fast 5 % der 12–17-jährigen nordamerikanischen Mädchen nehmen Antidepressiva – und wer weiß noch wie viele andere Pillen. Freilich: Auch Menschen mit Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck oder Herzkranzarterienverengung bekommen über viele Jahre Medikamente verordnet, und dies zeigt über längere Zeiten deutliche Erfolge. Das Risiko des Herzinfarktes etwa sinkt seit mehreren Jahren in vielen Ländern, wobei hierfür aber nicht nur die Medikamente verantwortlich sind. Wie sieht es bei der Depression aus? Nehmen ihre Häufigkeit und ihre sozialen Folgen ab? Die Daten der Krankenkassen sagen leider etwas anderes. Und dies, obwohl die Verordnung von Antidepressiva seit 1990, d.h. seit Einführung der neueren Substanzen, insbesondere der sog. SSRI-Antidepressiva, ständig ansteigt.

Das ebenso kritische wie kenntnisreiche Buch von Peter und Sabine Ansari zeigt, woher dieser scheinbare Widerspruch rührt, welche Machenschaften, ja teilweise fast kriminell zu nennenden Handlungen der pharmazeutischen Industrie dafür verantwortlich sind und wie in einer gruslig-faszinierenden Weise die Gehirnwäsche einer ganzen Generation von Psychiatern bewerkstelligt wurde, im Klartext: wie man die Ärzteschaft und die Öffentlichkeit glauben

machen konnte, die Depression sei eine Serotoninmangelkrankheit.

Es ist dringend notwendig, dass ein Buch zu diesem Thema erscheint, und ich bin den Autoren dankbar, dass sie diese Aufgabe übernommen haben. Peter Ansari, dessen kritisches Engagement mich sehr beeindruckt, auch wenn ich nicht mit allen seinen Aussagen in jedem Detail übereinstimme, hat bereits in seiner Doktorarbeit zeigen können, dass die Einführung der ersten Antidepressiva (z.B. »Tofranil«) in den 60er Jahren zunächst keineswegs zu einer Behandlungs»revolution« in Deutschland führte und dass sich die durchschnittliche Aufenthaltsdauer der Patienten in den psychiatrischen Kliniken dadurch nicht verkürzte.

Die große Veränderung begann erst 1988, als Eli Lilly, eine amerikanische Firma und bis dahin mit der Herstellung von Insulinen und Antibiotika beschäftigt, beschloss, mit »Prozac« ins Psychiatrie-Geschäft einzusteigen und damit den Fuß auch auf den europäischen Kontinent zu setzen.

Dieses Buch beschreibt den Siegeszug der Antidepressiva von damals bis heute und zeigt, auf welch schwachen wissenschaftlichen Füßen er stand und wie die eigentlich sehr bescheidene Wirksamkeit der Antidepressiva dennoch zu einer kommerziellen Erfolgsstory transformiert werden konnte.

Als ehemaliger Vorsitzender der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft habe ich gelernt, wie schwer es ist, der Kollegenschaft Arzneimittel-Risiken zu kommunizieren, die bislang (angeblich) nicht bekannt waren oder schlicht paradox anmuten. So ist es mit der suizidprovozierenden Wirkung der modernen Antidepressiva gewesen, die in der häufig industrie-gesponserten ärztlichen Fortbildung weiterhin heruntergespielt wird. Es ist der deutschen Arz-

neimittelbehörde positiv zuzuschreiben, dass sie aufgrund dieses Phänomens, das schon in den vom Hersteller eingereichten Zulassungs-Studien zu erkennen war, einem der frühesten SSRI-Antidepressiva die Zulassung zunächst verweigerte.

Auch die quälenden Symptome beim Absetzen eines längere Zeit eingenommenen Antidepressivums scheinen vielen Kollegen nicht so geläufig zu sein, dass sie in die Aufklärung der Patienten regelhaft einfließen.

Die generelle Botschaft und das Fazit der Autoren entspricht meinen eigenen langjährigen Erfahrungen und meiner daraus resultierenden Kritik: Es werden zu viele Antidepressiva verordnet, und die Verordnung geschieht vermutlich oft nicht nach einer adäquaten Aufklärung der Patienten. Deshalb empfehle ich die Lektüre des Buches nicht nur interessierten Patienten und ihren Angehörigen, sondern allen in der praktischen Psychiatrie Beschäftigten. Antidepressiva sind keine besonders wirksamen Medikamente, in vielen Fällen sind sie gar nicht indiziert. Da wo sie vielleicht helfen könnten, sollten sie dann aber auch mit der notwendigen Kritik und fachlichen Kompetenz angewandt werden. Antidepressiva sind keine Lollipops.

Berlin, im März 2016

Univ. Prof. em. Dr. med. Bruno Müller-Oerlinghausen, vormals Leiter der Forschergruppe Klinische Psychopharmakologie an der Psychiatrischen Klinik der Freien Universität Berlin

Vorwort der Autoren

Wir haben mehr als zehn Jahre theoretisch und praktisch zum Thema Antidepressiva geforscht. Dabei sind wir sehr gründlich vorgegangen, haben Monate in Kellerarchiven von psychiatrischen Anstalten verbracht und Patientenakten verglichen. Wir haben uns mit der Geschichte der Erkrankung beschäftigt, sämtliche verfügbaren alten und neuen Studien genau unter die Lupe genommen und Betroffene befragt. Alle beklagten eine unzureichende Information über Risiken, Nebenwirkungen und Absetzschwierigkeiten. Meist ist in den kurzen Quartalsbesuchen beim Arzt keine Zeit für eine ausführliche Aufklärung. Die wichtigsten Informationen haben wir in diesem Buch für Sie zusammengestellt.

Bei den Recherchen ist uns aufgefallen, Antidepressiva werden viel zu schnell verordnet und den Patienten regelrecht aufgezwungen. Wir legen in diesem Buch dar, dass viele Menschen und ganze Branchen von der schnellen und dauerhaften Verschreibung der Antidepressiva profitieren. Jeden einzelnen Menschen, der seelisches Leid erlebt und in seiner Verzweiflung Tabletten dagegen einnimmt, können wir zutiefst verstehen. Niemand braucht sich schlecht zu fühlen, wenn er Psychopharmaka einnimmt. Sollten die Medikamente bei Ihnen jedoch nicht die gewünschte Wirkung erzielen, heißt das nicht, dass Sie ein hoffnungsloser Fall sind. In diesem Buch beschreiben wir, warum Antidepressiva so oft versagen. Einer Dauerverschreibung über Jahre, womöglich bis ans Lebensende, stehen wir kritisch

gegenüber. Vor dem Aufkommen der Antidepressiva wurden Depressionen nicht als chronische Krankheit betrachtet, sondern als vorübergehendes Leiden. Depressionen sind oft langwierig, aber sie hören immer auf. Dunkelheit für immer gibt es nicht. Sollten Sie sich für eine medikamentöse Behandlung entscheiden, empfehlen wir, nach dem Abklingen der depressiven Episode die Medikamente langsam wieder auszuschleichen, um einen Gewöhnungseffekt zu vermeiden. Dies sollte in ganz kleinen Schritten geschehen. Ein abruptes Absetzen von Psychopharmaka kann lebensbedrohliche Folgen haben. Sie sollten sich dafür Unterstützung suchen. Wenn sich beim Absetzen körperliche und psychische Symptome einstellen, heißt das nicht, Ihre Krankheit ist zurückgekehrt. Das Absetzen der Medikamente verursacht ähnliche Symptome wie die Krankheit, gegen die sie eingenommen wurden. Auch darüber finden Sie Informationen in diesem Buch. Am Ende des Buches zeigen wir Alternativen zur medikamentösen Behandlung auf, die sich in der Praxis bewährt haben.

Möge dieses Buch bei der Wahl der bestmöglichen Therapie helfen.

Hinweise:

Bei unseren Fallgeschichten handelt es sich ausschließlich um wahre Begebenheiten. Die Namen haben wir zum Schutz der Persönlichkeit geändert.

Im vorliegenden Buch wird, wenn von antidepressiven Medikamenten gesprochen wird, der Wirkstoffname verwendet. Die einzige Ausnahme bildet das Medikament Prozac. Bei diesem ist der US-Handelsname gewählt worden.

Bei allen kursiv gedruckten Textstellen handelt es sich um Originalzitate.

Setzen Sie Psychopharmaka niemals von heute auf morgen ab. Holen Sie sich Hilfe. Machen Sie einen Absetzplan und versuchen Sie nicht, alleine die Medikamente zu entziehen.

Mit dem Kauf dieses Buches unterstützen Sie den Verein *depression-heute-hilft*, der sich für sofortige Hilfe bei psychischen Krisen einsetzt.

Antidepressive Medikamente – Überblick

Wirkstoff	Substanzklasse	Deutschland	Österreich	Schweiz
Citalopram	SSRI	Cipramil	Seropram	Seropram
Escitalopram	SSRI	Cipralex	–	Cipralex
Fluoxetin (Prozac)	SSRI	Fluctin	Fluctine	Fluctine
Fluvoxamin	SSRI	Fevarin	Floxyfral	Floxyfral
Paroxetin	SSRI	Seroxat	Seroxat	Deroxat
Sertralin	SSRI	Zoloft	Zoloft	Zoloft
Vortioxetin	SSRI	Brintellix	Brintellix	Brintellix
Duloxetin	SNRI	Cymbalta	Cymbalta	Cymbalta
Venlafaxin	SNRI	Trevilor	Efectin	Efexor
Mirtazapin	TetraZA (NaSSA)	Remergil	Remeron	Remeron
Maprotilin	TetraZA	Ludiomil	Ludiomil	Ludiomil
Amitriptylin	TZA	Saroten, Tryptizol	Saroten	Saroten
Clomipramin	TZA	Anafranil	Anafranil	Anafranil
Doxepin	TZA	Aponal	Sinequan	Sinequan
Imipramin	TZA	Tofranil	Tofranil	Tofranil
Nortriptylin	TZA	Nortrilen	–	Nortrilen
Opipramol	TZA	Insidon	Insidon	Insidon
Tianeptin	TZA	Stablon	Stablon	–
Trimipramin	TZA	Stangyl	–	Surmontil

Tranlycypromin	MAO	Jatrosom	Cypromin	–
Moclobemid	MAO	Aurorix	Aurorix	Aurorix
Agomelatin	Melatonerg	Valdoxan	Valdoxan	Valdoxan
Bupropion	NDRI	Elontril	Wellbutrin	Wellbutrin
Trazodon	PPD	Thombran	Trittico	Trittico
Reboxetin	NARI	Edronax	Edronax	Edronax

- SSRI = Selektiver Serotonin-Wiederaufnahmehemmer
 SNRI = Serotonin-Noradrenalin-Wiederaufnahmehemmer
 NARI = Noradrenalin-Wiederaufnahmehemmer
 TZA = Trizyklisches Antidepressivum
 TetraZA = Tetrazyklisches Antidepressivum
 MAO = Monoaminoxidase-Hemmer
 NDRI = Noradrenalin-Dopamin-Wiederaufnahmehemmer
 PPD = Phenylpiperazinderivat
 NARI = Noradrenalin-Wiederaufnahmehemmer

Patient

Vier Millionen Menschen nehmen Antidepressiva

In Deutschland nehmen vier Millionen Menschen Antidepressiva. Viele bekommen ihr erstes Rezept nach wenigen Minuten beim Arzt verschrieben und werden nicht über Nebenwirkungen aufgeklärt. Was kaum einer weiß, diese Menschen können ihre Medikamente oft nur unter großen Schwierigkeiten wieder absetzen, manche gar nicht, und einige erleiden eine jahrelange Entzugshölle.¹ Eine von ihnen ist die heute 28-jährige Karina.

KARINA ist 18 Jahre alt, als sie von heftigen Panikattacken heimgesucht wird. Wie viele junge Menschen, die noch nicht wissen, wo sie hingehören, befindet sie sich in einer instabilen Lebensphase. Immer wieder überfällt sie die Angst, sterben zu müssen. Schließlich sucht sie Hilfe bei einer Psychiaterin.

Es dauert keine zehn Minuten, bis die Ärztin ihr eine Packung Citalopram überreicht. Den Beipackzettel nimmt die Ärztin an sich, um die »Panik nicht zu verschlimmern«. Die Ärztin erläutert kurz die gute Wirkung des Medikaments und macht deutlich, Nebenwirkungen seien nicht zu befürchten. Sie sagt,

es werde einige Zeit dauern, bis die Besserung eintritt, und anfangs könne es zu einer Symptomverschlimmerung kommen.

Karina ist nach diesem ersten Besuch nicht überzeugt. Tadellos liegt die Packung Citalopram unberührt auf ihrem Küchentisch. Es geht ihr schlecht. Die Panikattacken überrollen sie in einer Heftigkeit, die ihr den Atem nimmt. Immer wieder wacht sie nachts auf und geht in die Küche. Dort liegt die vermeintliche Rettung. An einem Sonntagmorgen nimmt sie ihre erste Tablette. Eine Entscheidung, von der sie später sagt, sie habe ihr Leben für eine lange Zeit zerstört.

Wenn Karina heute über ihren ersten Arztbesuch vor zehn Jahren spricht, mischt sich noch immer Wut in ihre Stimme. »Ich kann nicht fassen, dass mir damals auch noch Zopiclon verschrieben wurde.« Zopiclon ist ein sehr starkes Schlafmittel, mit hohem Abhängigkeitspotenzial. Über ein halbes Jahr holt Karina ihre Rezepte an der Rezeption ab, ohne die Ärztin zu Gesicht zu bekommen. Irgendwann bemerkt die 18-Jährige, deren Pubertät noch nicht abgeschlossen ist, dass sie ohne die nächtliche Pille nicht mehr einschlafen kann. Eigenständig setzt sie Zopiclon ab. Täglich reduziert sie die Dosis. Zum Schluss zerkleinert sie die Tabletten mit einer Küchenraspel und leckt sich die Krümel von den Händen. Sie schafft den Entzug ganz allein.

Unter Citalopram kommt es zunächst zu einer Verschlimmerung der Symptome. Da die Ärztin darauf hingewiesen hat, wartet Karina ab. Nach einigen Wochen bemerkt sie eine Verbesserung. Sie wird ruhiger, die Panik ebbt ab, ihre Gefühle verflachen. Irgendwann stellt sie fest, dass sie kaum noch weinen oder lachen kann. Schnell nimmt sie dreißig Kilogramm Gewicht zu. Ohne größere innere Beteiligung, wie in Watte gepackt, schafft sie es, ihre Ausbildung zur Hebamme zu beenden.

Wenn es ihr während der Einnahme schlecht geht, nimmt sie an, ihr krankes »Ich« sei schuld. Nach drei Jahren lässt sie das Medikament zum ersten Mal weg. Genau elf Monate später be-

wirkt der Entzug einen traumatischen Einbruch. Sie entwickelt starke Suizidgedanken und ist sicher, dass sie nicht überleben wird. Sie muss Tag und Nacht betreut werden.

In Deutschland hat sich von 1990 bis 2000 die Anzahl der Verordnungen für Antidepressiva verdoppelt. Bis zum Jahr 2010 ist die Zahl noch einmal um das 2,5-fache angestiegen. 2014 verschrieben die Ärzte 1401 Millionen Tagesdosen Antidepressiva, siebenmal so viel wie 1990.² Trotzdem nimmt die Zahl der leidenden Menschen nicht ab. Die Anzahl der Fehltage wegen Depressionen ist seit 1997 um 162 Prozent angestiegen. Die Frühberentungen aufgrund von depressiven Störungen haben sich innerhalb von zehn Jahren verdreifacht.³ Wenn es eine effiziente Medizin gegen Depressionen geben würde, müssten die Fehltage und die Frühberentungen sinken. Da sich aber ein starker Anstieg zeigt, muss man vermuten, die Medikamente helfen den Betroffenen nicht, sondern machen sie dauerhaft krank.

Zu diesem Ergebnis kamen bereits 1969 die Psychiater Hanns Hippus und Jules Angst.⁴ Sie verglichen die prophylaktische Wirkung bei ehemals depressiven Patienten. Eine Gruppe erhielt zur Vorbeugung Antidepressiva, die andere nicht. Beim Vergleich beider Gruppen beobachteten die Psychiater mehr depressive Rückfälle unter antidepressiver Dauermedikation und empfahlen schon damals, Antidepressiva nicht zur Vorbeugung einzusetzen.

Die vielen Millionen Menschen, die dauerhaft Antidepressiva einnehmen, leiden nicht unter einer chronischen Erkrankung. Nach dem Abklingen der Depression sind sie gesund. In dieser Phase macht es keinen Sinn, den Körper mit Medikamenten zu belasten. Auch wenn eine Depression wiederkehren kann, liegen zwischen den Episoden fast immer viele gesunde Jahre.

Die Dauerverschreibung von Antidepressiva hat eine alte Gewissheit der Medizin verschüttet. Bis in die 1960er Jahre wusste man, Depressionen sind – auch ohne Behandlung – eine vorübergehende Erkrankung mit guter Prognose. Heute wird von Psychiatern standardmäßig eine medikamentöse Behandlung, oft bis zum Lebensende, empfohlen. Um diese Veränderung zu begreifen, muss man wissen, dass die Pharmaindustrie stärkste – auch illegale – Marketinganstrengungen unternommen hat, um die Menschen von der Wirksamkeit ihrer Medikamente zu überzeugen.

Für Psychiater ist eine medikamentöse Therapie zeitsparend. Sie müssen sich nicht wirklich mit den Problemen der Menschen beschäftigen. Außerdem garantiert eine Dauermedikation regelmäßige Einnahmen durch einfache Rezeptverschreibung. Ein anderer wichtiger Grund, der zur Langzeiteinnahme geführt hat, sind die Probleme, die beim Absetzen der Psychopharmaka auftreten. Je länger die Medikamente eingenommen werden, desto schwieriger wird es, sie wieder loszuwerden.

Es gibt noch weitere Gründe für die Massenverschreibung. In der heutigen Zeit werden Antidepressiva nicht nur bei Depressionen eingesetzt. Sie kommen auch bei vielen anderen Indikationen zum Einsatz wie Angst- und Zwangsstörungen, Menstruationsbeschwerden, Rückenschmerzen, vorzeitiger Samenerguss, Beschwerden in den Wechseljahren, Inkontinenz, Schmerzzuständen, Alkoholismus, Essstörungen.

HERR WOLKE ist 39 Jahre alt und wohnt in Bayern. Er ist Diplom-Informatiker, verheiratet und hat fünf Kinder. Wegen Problemen mit »Unstrukturiertheit im Alltag« und seinem Hang zur Unordnung bitten ihn seine Angehörigen, einen Psychiater aufzusuchen. Dieser diagnostiziert in der ersten Sitzung

ein Messie-Syndrom und verschreibt Paroxetin. Der Psychiater erklärt, amerikanische Studien hätten gezeigt, SSRIs würden beim Messie-Syndrom helfen. Über Nebenwirkungen und Risiken wird nicht gesprochen.

Die Familie wartet vergeblich auf Veränderung. Herr Wolke räumt nicht mehr und nicht weniger auf als vorher. Nach acht Wochen Einnahme von Paroxetin wird er lethargisch und apathisch. Er schläft auch tagsüber und zieht sich zurück, alles wird ihm zu viel. Die Beziehung zu seiner Frau leidet unter seiner geistigen Abwesenheit und seinen medikamentös bedingten sexuellen Schwierigkeiten.

Die Situation ändert sich erst, als er mehrere Tage lang vergisst, seine Tabletten einzunehmen. Daraufhin erlebt er einen körperlichen und emotionalen Zusammenbruch, wie er ihn noch nie zuvor erfahren hat. Er wird aggressiv, tobt und läuft von zuhause weg. Er weiß nicht mehr, wer er ist. An diesem Punkt wird ihm klar, dass er das Medikament loswerden muss. Er wechselt den Arzt und erhält einen Reduzierungsplan. Der Plan geht nicht auf. Die Schritte sind viel zu groß. Nach ein paar Tagen im Entzug ereignet sich der gleiche psychische und physische Zusammenbruch wie beim ersten Mal. Diesmal mit verstärkten Symptomen. Er erlebt Realitätsverlust, Verfolgungswahn und ein Gefühl der Fremdbestimmung. Seine Stimmung wechselt von angetrieben bis apathisch. Es folgen Suizidgedanken und ein Suizidversuch.

Heute nimmt er kein Paroxetin mehr ein. Bei ihm ist eine medikamenten-induzierte Epilepsie aufgetreten, zu deren Behandlung er Lamotrigin einnehmen soll. An seinem Hang zur Unordnung hat sich nichts geändert.

Es sind immer wieder Fälle von Patienten bekannt geworden, die aus anderen Gründen Antidepressiva erhalten haben. Im Verlauf der Medikamenten-Therapie entwickelten

sie – obwohl sie zuvor nie depressiv waren – eine klinische Depression. Depressive Menschen finden sich in allen sozialen Schichten und in jeder Altersgruppe.⁵ Auch der Beruf hat keinen Einfluss. Für den Ausbruch einer Depression scheint es nicht entscheidend zu sein, ob der Mensch Familie hat, in einer Partnerschaft lebt oder allein. Statistisch sind Frauen häufiger betroffen als Männer. Noch vor 50 Jahren war die Anzahl der Frauen drei Mal höher, heute erkranken immer mehr Männer an Depressionen. Aktuell gelten in Deutschland 6,1 Prozent der Männer und 10,2 Prozent der Frauen als depressiv.⁶

Aktuellen Erhebungen zufolge gibt es zwei Faktoren, die eine Depression begünstigen. Ein niedriger Verdienst scheint belastend zu wirken, genau wie Arbeitslosigkeit. Arbeitslose Menschen bekommen besonders häufig Antidepressiva verschrieben. Genauso ergeht es älteren Frauen. Die Verordnung bei Frauen über 50 Jahren ist aktuell am stärksten angestiegen. Obwohl das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) seit 2010 eine sogenannte PRISCUS-Liste herausgibt und in dieser vor »potenziell inadäquaten Medikamenten für ältere Menschen« warnt.⁷ Die meisten Antidepressiva finden sich auf dieser »schwarzen Liste«. Umstritten ist ebenfalls, ob Antidepressiva Arbeitslosen wirklich helfen können. Trauer über den Verlust des Arbeitsplatzes ist eine normale Reaktion. Sobald sich eine neue Perspektive ergibt, löst sich die Trauer auf. Da Antidepressiva die Arbeitsfähigkeit beeinträchtigen und schwer wieder abzusetzen sind, kann der zuvor gesunde Arbeitslose durch die Medikamente in einen Teufelskreis geraten.

Der Trend, negative menschliche Gefühle als krankhaft zu betrachten, ist ebenfalls eine Ursache für das massenhafte Verschreiben von Antidepressiva. Seit ihrem Aufkommen ist die Wirksamkeit dieser Medikamentengruppe von

Fachleuten immer wieder bezweifelt worden. Bei gesunden Menschen richten die Tabletten Schaden an. Die frühesten Experimente dieser Art stammen aus den 50er Jahren. Die deutschen Forscher Grünthal und Degkwitz gaben damals einigen ihrer psychisch völlig gesunden Studenten diese »neuartigen« Medikamente. Die Professoren notierten die Reaktionen ihrer Studenten und veröffentlichten sie. Jeder Student reagierte anders auf die Medikamente, allen Teilnehmern ging es unter der Medikation schlecht. Die Teilnehmer berichteten über Konzentrationsschwäche, beschrieben eine Einschränkung im Denkvermögen sowie eine Abstumpfung ihres Gefühlslebens: »Nach Imipramin [das älteste Antidepressivum] rührt einen die Umwelt gar nicht mehr, man ist geistig lahm und unbeteiligt.«⁸ Ein stimmungsaufhellender Effekt wurde bei keinem Studenten beobachtet.

Bereits 1962 wurde auf eine Absetzproblematik hingewiesen, die auch bei gesunden Menschen auftritt. Die Teilnehmer der Studie von Rudolf Degkwitz entwickelten nach Beendigung der Medikamenteneinnahme Entzugserscheinungen.⁹ Die zuvor nichtdepressiv Erkrankten wirkten psychisch stark verändert. Jeder litt unter anderen Symptomen. Sie waren nervös, angetrieben oder schlafgestört. Zu konzentrierter Arbeit waren sie nicht mehr fähig. Erst nach zwei bis drei Wochen klang dieser Zustand ab. Die Erkenntnisse aus den frühen 60er Jahren wurden später bestätigt. Sie widersprechen der gängigen Ansicht heutiger Psychiater. Diese ordnen alle Symptome, die beim Absetzen der Medikamente entstehen, der »ursprünglichen Erkrankung« zu.

KARINA wechselt nach ihrem ersten Absetzversuch den Psychiater. Er stellt sie wieder auf Citalopram ein. Zusätzlich verschreibt er das Benzodiazepin Tavor. Ihr Zustand bessert sich. Sie nimmt das Antidepressivum weitere drei Jahre täglich

ein. Genau wie zuvor mit dem Schlafmittel Zopiclon gelingt es ihr hingegen, Tavor erfolgreich loszuwerden.

Als es ihr über einen langen Zeitraum besser geht, unternimmt sie einen weiteren, verhängnisvollen Absetzversuch, der sie über Monate in eine Klinik bringt. Diesmal tritt der Zusammenbruch nach fünf Monaten ohne Medikament ein, dafür noch extremer. Immer wieder wird sie von Beschwerden gepeinigt, die sie nie zuvor erlebt hat. Ein unkontrollierbares Inferno: Magen-Darmbeschwerden mit Appetitlosigkeit, Würgereiz – innerhalb von vier Monaten nimmt sie 24 Kilogramm an Gewicht ab –, Sehstörungen, Kopfschmerzen, Tinnitus, Angstzustände, Depression, Paranoia, Wahnvorstellungen. Die Zustände von Hoffnungslosigkeit, minütliche Stimmungsschwankungen, Aggressionen, Heulkrämpfen, Rastlosigkeit, Stimmenhören und die Unfähigkeit, allein zu sein, beschreibt sie als »kognitive und emotionale Horrorzustände«.

Suizidideen begleiten sie von Anfang bis zum Ende. Bis heute kann sie sich nicht erklären, wie sie das Ganze überlebt hat. Es gibt nichts, was ihr in diesem Entzug hilft. Karina fällt aus ihrem gesamten Leben heraus und wird zum Pflegefall. Sie befindet sich in psychiatrischer Behandlung. Immer wieder bekommt sie neue Diagnosen angehängt, keine passt zum plötzlichen Auftreten der Symptomflut. Von Absetzerscheinungen will niemand etwas hören.

Da Karina rund um die Uhr Betreuung benötigt, muss sie ihre Wohnung verlassen und in ihr Elternhaus zurückziehen. Die Suizidgedanken sind so stark, dass sie sicher ist, dem Drang irgendwann zu erliegen. Nach einer Weile glaubt Karina, alle seien von der häuslichen Betreuung überfordert und lässt sich in eine Privat-Klinik für Psychosomatik einweisen. Dort wird von Citalopram auf Escitalopram umgestellt. Als es nicht anschlägt, wächst Karinas Widerwille. Sie teilt den Ärzten mit, keine Medikamente mehr einnehmen zu wollen. Die Ärzte reagieren mit

Widerstand. Karina beginnt, Symptome zu verschweigen und über ihr Befinden zu lügen.

Depressive Menschen erfüllen nicht das Bild, das Medien häufig von psychisch Kranken vermitteln. Die meisten sind kaum von gesunden Menschen zu unterscheiden. Viele Erkrankte schleppen sich weiterhin zur Arbeit, ohne Kollegen oder Vorgesetzte zu informieren. Die Langwierigkeit ihrer seelischen Verstimmung zwingt sie in die Knie, und sie wenden sich dann mit ihren Beschwerden an ihren Hausarzt oder einen Psychiater. Nach wenigen Minuten verlassen viele die Praxis mit einer Probepackung Antidepressiva.

Depression-Heute, eine unabhängige Internetplattform, hat untersucht, welche Motive Menschen zur Einnahme von Antidepressiva bewegen.

»Ich war völlig erschöpft. Immer wieder musste ich Kurse vor vielen Menschen geben und habe mich selber unter Druck gesetzt. Irgendwann fehlte mir die Kraft und ich wurde hoffnungslos.« (Maria, 34 Jahre, Wien, Trainerin in der Erwachsenenbildung)

»Ich hatte immer Rückenschmerzen und mein Hausarzt meinte, dass Antidepressiva da super wären. Ich vertraute ihm.« (Anonym)

»Ich hatte familiäre Probleme, dazu kamen unbestimmte körperliche Symptome. Zuerst habe ich eine Therapie gemacht. Erst später habe ich mich entschieden, Antidepressiva auszuprobieren. Zitat des verschreibenden Psychiaters: ›Die sind so gut verträglich wie Leitungswasser.« (Markus, 42 Jahre, Ravensburg, Software Entwickler)

»Mein Mann hatte ein schweres Nierenproblem. Da bekam ich Angst vor dem Alleinsein. Ich litt unter Herzrasen und Kopfschmerzen. Mein Hausarzt empfahl mir Antidepressiva.« (Elisabeth, 81 Jahre, Hildesheim, Rentnerin)

»Ich litt jahrelang unter Migräne und hatte gehört, dass Antidepressiva da helfen können. Ich war neugierig und wollte das ausprobieren.« (Corinna, 28 Jahre, Linz, Sozialpädagogin)

»An meinem Arbeitsplatz wurde ich von meinem Chef und von meinen Kollegen gemobbt. Die Situation wurde so unerträglich, dass ich nicht mehr zur Arbeit gehen konnte. Ich fiel in ein tiefes Loch. Das ging ein Dreivierteljahr so. Nach zwei Monaten entschloss ich mich, Antidepressiva einzunehmen.« (Anonym)

Die meisten Patienten dieser Umfrage bekamen bereits beim ersten Arztbesuch Antidepressiva verschrieben. Der zweite Termin fand meist erst vier Wochen später statt. Alle Menschen der Erhebung bemängeln eine ungenügende Aufklärung über Nebenwirkungen. Probleme, die beim Absetzen auftreten können, sprach keiner der Ärzte an.

Die psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung ist in Deutschland nicht ausreichend gewährleistet. Ein Mensch, der dringend Hilfe benötigt, hat nur eine Möglichkeit. Er muss sich in die geschlossene Abteilung einer Psychiatrie aufnehmen lassen, und selbst das gelingt oft nur, wenn Suizidabsichten verkündet werden. Ansonsten muss er sechs Monate bis zu einem Jahr auf einen Therapieplatz warten.

»Es gibt einen Skandal in Deutschland, und niemand schaut hin. Der Zusammenbruch der ambulanten Versorgung schwer psychisch kranker Menschen ist eine tägliche Katastrophe. Vor

30 Jahren bekam ein schwer depressiver Patient in drei Tagen einen ambulanten Termin. Heute dauert das drei Monate. Hinter diesen nüchternen Zahlen verbergen sich menschliche Tragödien. Denn wer wirklich problemlos drei Monate auf eine Behandlung warten könnte, wäre nicht wirklich krank»¹⁰, beklagte der Psychiater und Bestsellerautor Manfred Lütz 2014.

Die mangelnde ambulante Versorgung ist ein weiterer Grund, warum so viele Menschen an den Antidepressiva festhalten. Die Medikamente geben ihnen in Zeiten größter Hilflosigkeit und Unsicherheit das Gefühl, etwas gegen ihre Depression zu unternehmen. Aber nicht alle Menschen, die Antidepressiva einnehmen, leiden wirklich an einer psychischen Erkrankung. Der Unterschied zwischen existenziellen Krisen und einer krankhaften Depression muss sorgfältig geprüft werden. Dafür benötigt der behandelnde Arzt viel Zeit und Einfühlungsvermögen. Eine psychiatrische Diagnose sollte auf mehreren Sitzungen basieren. Dabei muss genau abgewogen werden, ob die Gabe eines Antidepressivums überhaupt hilfreich ist. Ein Antidepressivum kann Probleme – wie beispielsweise Arbeitslosigkeit, schwere körperliche Erkrankung, Verluste oder zu wenig Anerkennung – nicht lösen. Werden die Probleme, die zu einer Depression geführt haben, bewältigt, löst sich der Grauschleier meist von allein wieder auf. Die dämpfende Wirkung, die bei manchen Antidepressiva auftritt, kann Betroffene daran hindern, ihre Probleme tatkräftig anzugehen.

In England hat sich das britische Arzneimittelbewertungsinstitut NICE zur Verschreibungspraxis geäußert. Es rät dringend davon ab, leichte und mittelschwere Depressionen mit Antidepressiva zu behandeln.¹¹ Auch in Deutschland gibt es eine Leitlinie für Ärzte, die empfiehlt, Antidepressiva nicht bei leichten Depressionen einzusetzen.¹² In der Praxis wird dies bislang nicht umgesetzt.

KARINA weiß heute nicht mehr, woher sie damals die innere Stärke nahm, standhaft die Medikamente zu verweigern. Während ihres Klinikaufenthalts beginnt sie, sich mit dem Thema SSRI zu beschäftigen. Ein amerikanischer Psychiater beschreibt, dass sich ein Absetzsyndrom auch noch Monate nach der letzten Tablette ereignen kann. Sie nimmt Kontakt zu ihm auf. Er bestätigt, was sie tief in ihrem Inneren weiß: Das Absetzen ist der Grund für ihre komplexe Symptomatik. Sie findet Leidensgenossen und erfährt im Austausch Trost und Sicherheit. Die Zeit bringt Distanz zu den traumatischen Erlebnissen.

Am schmerzhaftesten ist für sie, dass sie nie erfahren wird, zu was für einem Menschen sie ohne SSRI herangewachsen wäre. Vage kann sie sich erinnern, wie sich echte Leidenschaft und Begehren anfühlten. Im Alter von 18 Jahren wurde die Jugendliche von ihren Gefühlen abgeschnitten. Sie durfte sich nie richtig kennen lernen. Heute lebt sie medikamentenfrei und arbeitet als Hebamme. Noch immer ist sie durch Entzugserscheinungen beeinträchtigt. Karina engagiert sich für Menschen mit ähnlichem Schicksal. Sie ist bereit, mit ihrer Geschichte an die Öffentlichkeit zu treten, um über die Risiken von Antidepressiva aufzuklären.