

Der traurige Mann

Wenn die Freude am Leben verloren geht, die Arbeit immer schwerer fällt und Freunde und Familie vernachlässigt werden, sind das deutliche Zeichen einer depressiven Phase. Diese Diagnose erhalten noch immer fast doppelt so viele Frauen wie Männer - doch das vermeintlich starke Geschlecht holt stark auf. Im Stadt- und Landkreis Heilbronn sowie im Hohenlohekreis registriert die AOK mit 18 bzw. 9 Prozent deutliche höhere Zuwachsraten bei Männern mit der Diagnose Depression. Die Zahlen der AOK gelten als besonders repräsentativ, hat sie doch mit 43 Prozent den bei weitem größten Marktanteil im Lande.

Heilbronn/Hohenlohe, den 10.02.2016. 5.792 männliche AOK Versicherte im Raum Heilbronn und 2.039 im Hohenlohekreis ließen sich zuletzt wegen einer Depression behandeln: Das ist jeder Vierzehnte. 2010 waren es noch 4.079 Männer in und um Heilbronn und 1.448 im Hohenlohischen. In nur fünf Jahren sind es also in beiden Regionen rund 41 Prozent mehr geworden. Frauen begeben sich zwar doppelt so häufig in Behandlung - zuletzt war es jede siebte AOK-Versicherte (14,2 Prozent) -, die Zuwachsrate ist bei ihnen mit sieben Prozent jedoch nur halb so hoch.

„Studien zeigen, dass Frauen ihre Verzweiflung, Hilfsbedürftigkeit und Depressivität besser formulieren können als Männer“, sagt Michaela Lierheimer, Geschäftsführerin der AOK Heilbronn-Franken. „Für Männer ist eine Depression häufig noch immer ein Zeichen von Schwäche und Versagen“, ergänzt Lierheimer. Die vermehrte Behandlung männlicher Patienten könne jedoch darauf hindeuten, dass es hier langsam zu Verhaltensänderungen komme.

Die Zahl der diagnostizierten Depressionen bei Männern steigt mit dem Alter: Das erste Hoch verzeichnet die AOK bei den Anfang-60-Jährigen. Ab 75 steigt die Kurve rapide und erreicht den Höhepunkt mit 16 Prozent aller Betroffenen bei der Generation 85 plus. „Der bevorstehende Ruhestand bereitet gerade Männern oft Probleme, da der Beruf für sie eine große Bedeutung hat“, erläutert die AOK-Geschäftsführerin. Im höheren Alter sei Multimorbidität, also das Zusammenkommen mehrerer Krankheiten, was die Lebensqualität massiv einschränke, oft ein Auslöser für eine Depression.

Ein Grund für die häufiger gestellten Diagnosen kann auch eine stärkere Präsenz des Themas Depression in der Öffentlichkeit sein. Zudem sind die Ärzte stärker sensibilisiert. Da sie wissen, dass Männer ungern Hilfe annehmen, sprechen sie sie inzwischen anders an und testen sie aktiv auf Depression. Die genauen Ursachen für Depressionen sind allerdings noch immer nicht abschließend geklärt. Biologische Vorgänge, psychische Faktoren, die persönliche Situation und besondere Ereignisse im Leben spielen hier zusammen. Stress, Einsamkeit, Lichtmangel, Erkrankungen und Medikamente oder Abhängigkeiten wirken begünstigend.

Bei einer Depression ist es wichtig, dass man schnell ärztliche Hilfe sucht, damit das Leiden nicht chronisch wird. „Die AOK Baden-Württemberg hat für ihre Versicherten mit dem sogenannten PNP-Facharzt-Vertrag eine gute Verzahnung von Haus- und Fachärzten sowie Psychotherapeuten erreicht. Damit“, so Michaela Lierheimer, „erhalten Betroffene schnelleren Zugang zu einer geeigneten Behandlung als üblich.“