



Tipps für die Diagnostik und Psychopharmaka-Behandlung Die Depression mit zwei Fragen aufspüren

Antidepressiva und ihre Nebenwirkungen				
Medikament / Wirkstoffklasse	Herz-Kreislauf-Probleme	Diabetes mellitus	Sexuelle Nebenwirkungen	Gewichtsveränderung
SSRI		Hypoglykämien		
Venlafaxin		Hypoglykämien		
Trazodon				
Mianserin				
Bupropion				
Moclobemid		Hypoglykämien		
Trizyklika				

Ampelschema der Nebenwirkungsprofile von Antidepressiva

(nach Dubno, 2017)

DAVOS – Für Patienten mit psychiatrischen Störungen ist der Hausarzt meist die erste und zugleich wichtigste Anlaufstelle. Häufig ist den Betroffenen allerdings nicht bewusst, dass die Schlafstörungen, die Antriebsschwäche, der Konzentrationsmangel und die allgemeine Unlust psychische Ursachen haben. An einem Workshop «Psychopharmaka in der Hausarztpraxis» im Rahmen des 56. Ärztefortbildungskurses von Lunge Zürich präsentierte Dr. Benjamin Dubno, Chefarzt Integrierte Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland, einen Behandlungspfad für das Depressions-Management im hausärztlichen Setting.

Einleitend diskutierte Dr. Dubno mit den Workshop-Teilnehmern eine typische Kasuistik: Bei der 38-jährigen Verkäuferin bestanden seit zwei Wochen folgende Probleme: Schlafstörungen, Konzentrationschwierigkeiten am Arbeitsplatz, allgemeine Lustlosigkeit und Antriebsmangel.

Da die Laborbefunde unauffällig waren, vor allem eine Schilddrüsenfunktionsstörung ausgeschlossen werden konnte, lag der Verdacht auf eine leichte depressive Episode nahe. In einem solchen Fall empfahl Dr. Dubno ein «watchful waiting» wäh-

rend etwa 14 Tagen, mit primärem Verzicht auf die Verordnung von Antidepressiva. Zeigt sich nach zwei Wochen keine Besserung oder zeichnet sich sogar eine Verschlechterung ab, bieten sich eine Psychotherapie und/oder die Verordnung eines Antidepressivums an.

Eine Depression kann hinter unterschiedlichsten Problemen stecken (s. Kasten). Folgende drei Kardinalsymptome müssen während mindestens zwei Wochen bestehen, erklärte Dr. Dubno:

- ein verminderter Antrieb, der alltägliche Aufgaben als unlösbare

- Herausforderung erscheinen lässt
- eine gedrückte Stimmung oder die Unfähigkeit zu positiver oder negativer Gemütsstimmung
- eine reduzierte oder fehlende Genussfähigkeit.

Ein Zwei-Fragen-Test kann helfen, der Depression rasch auf die Spur zu kommen: Fühlten Sie sich im letzten Monat oft niedergeschlagen, bedrückt oder hoffnungslos? Hatten Sie im letzten Monat deutlich weniger Lust auf und Freude an Dingen, die sie sonst gerne tun?

Heute steht ein breites Spektrum an Präparaten mit unterschiedlichem antidepressivem Wirkmechanismus und Nebenwirkungsprofil zur Verfügung, so Dr. Dubno.

Wann welches Antidepressivum?

Mit einem Ampelschema klassifizierte der Experte die aus seiner Sicht wichtigsten Antidepressiva im



Hinblick auf relevante Nebenwirkungen (s. Tabelle). Dieses Schema macht deutlich, dass man die sehr gute Wirksamkeit beispielsweise der klassischen Trizyklika mit einem hohen Nebenwirkungsrisiko erkaufen muss. Über ein günstiges Profil verfügt Bupropion, weshalb dieses Antidepressivum sich für die hausärztliche Depressionsbehandlung anbietet.

Dr. Dubno wies darauf hin, dass bei fehlender Besserung nach zwei Wochen die Wahrscheinlichkeit eines therapeutischen Ansprechens im weiteren Verlauf drastisch sinkt (auf unter 15%). Wenn nach sechs Wochen einer adäquaten antidepressiven Therapie keine ausreichende Besserung festzustellen ist, sollte ein Facharzt in die Behandlung einbezogen werden.

Sexuelle Nebenwirkungen aktiv erfragen

Abschliessend gab der Psychiater noch allgemeine Tipps: Die beiden Wirkfaktoren Dosis und Zeit sollten angemessen zum Tragen kommen können. Doch in der Akutpsychiatrie wird zu häufig mit dem Dosisfaktor gearbeitet – mit dem Risiko unnötiger unerwünschter Neben-

wirkungen. Sexuelle Nebenwirkungen sind keine Seltenheit. Sie müssen jedoch aktiv erfragt werden, weil Patienten ungern von sich aus darüber sprechen. Eine Intensivierung der Therapie sollte mit Fingerspitzengefühl erfolgen, mit Zurückhaltung gegenüber möglicherweise riskanten Kombinationen. Eine Beschränkung auf wenige Medikamente, die der Arzt gut kennt und mit denen er bereits Therapieerfolge sah, hat sich bewährt. *RW*

Hinweise auf eine Depression

- allgemeine Abgeschlagenheit, Müdigkeit
- Schlafstörungen
- Appetitstörungen, Magendruck, Gewichtsverlust
- diffuser Kopfschmerz
- Druckgefühl im Hals und auf der Brust, Globusgefühl
- funktionelle Herz-Kreislauf-Störungen
- funktionelle Magen-Darm-Störungen
- funktionelle Atembeschwerden
- Schwindelgefühl, Sehstörungen, Augenflimmern
- Muskelverspannungen, diffuse neuralgiforme Schmerzen
- sexuelle Funktionsstörungen
- Gedächtnisstörungen