

# In der Psychotherapie muss die Chemie einfach stimmen

Antidepressiva haben manchmal die gleiche Wirkung wie ein Placebo - bei Mann und Frau

In der letzten IMAGE-Ausgabe sprachen wir mit Professor Dr. Andreas Tromm, Chefarzt Innere Medizin, EvK Hattingen, über personalisierte Medizin und über die Frage der Gendermedizin, ob Medikamente bei Frauen und Männern unterschiedliche Wirkung zeigen und sich Krankheiten in der Symptomatik unterscheiden. Stellt sich diese Frage auch in der Psychotherapie? IMAGE sprach mit Dr. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie und Lehrbeauftragter an der Ruhr-Uni Bochum.

Der „Depressionsatlas“ der Techniker Krankenkasse macht deutlich: in drei Jahren hat sich die verschriebene Tagesmenge an Antidepressiva verdreifacht. 2015 zahlten die gesetzlichen Krankenkassen über 750 Millionen Euro an die Pharmaindustrie. Dabei erhalten Frauen häufiger Antidepressiva als Männer (Barmer GEK Arzneimittelreport 2012) - ältere Frauen zeigen bei Antidepressiva eine andere Wirkung als jüngere Frauen (Sequenced Treatment Alternatives to Relieve Depression-Studie 2013) - zwei Beispiele unterschiedlicher Studien.

Im Vergleich zu Männern sind Frauen von Depressionen, Neurosen, Angst- und Essstörungen etwa doppelt so häufig betroffen. An einer Medikamentenabhängigkeit leiden Frauen dreimal so häufig wie Männer.

Der Anteil der Männer überwiegt dagegen bei Störungen wie Alkohol- und Drogenabhängigkeit und der dissozialen Persönlichkeitsstörung. Vor allem der Suizid ist ein Männerphänomen. Oft steckt dahinter eine Depression, die nicht erkannt wird (Männergesundheitsbericht 2010).

## Was ist eine Depression?

Wer den Boden unter den Füßen verliert, wem der Lebensfaden reißt, braucht Hilfe - oft eine Psychotherapie. Aber die Wartezeiten sind lang, mehrere Monate sind die Regel. Also kommen die Pillen ins Spiel.

Deutsche Depressionsliga, und Deutsche Depressionshilfe erläutern die Krankheit so: Depres-

sionen können durch psychosoziale und neurobiologische Aspekte entstehen. Traumatische Erlebnisse auf der einen Seite und ein Ungleichgewicht von bestimmten Botenstoffen im Gehirn (siehe Kasten) können die Ursache sein.

Wenn die Chemie im Gehirn nicht mehr stimmt, kann ein Medikament helfen. Alles in Ordnung?

„Nicht so ganz. Studien zeigen: es gibt einen Placebo-Effekt in der Behandlung von Depressionen. Patienten, die glaubten, ein Antidepressivum zu bekommen, tatsächlich aber ein Placebo erhielten, verspürten die gleiche Wirkung wie jene Patienten, die mit einem Medikament behandelt wurden. Und zwar unabhängig von der Frage, ob es sich um Männer oder Frauen handelt. Das

Die alten Griechen erklärten die große Schwermut mit schlechten Körpersäften. Im Mittelalter vermutete man eine Strafe Gottes.

war ein Thema der Lindauer Psychotherapiewochen 2016. Jens Gaab von der Uni Basel hat zahlreiche Studien dargestellt, die alle eines gemeinsam haben: Sie zeigen, nicht nur die eigentliche Substanz – das Verum – sondern auch der begleitende Sinnkontext (die Tablette, der Akt der Verschreibung, die Erwartung der Wirkung) – das Placebo, wirkt“, erklärt Dr. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin und Psychotherapie.

Eine solche Debatte löste der Wissenschaftler Irvin Kirsch schon 2008 in den USA aus. Er analysierte Studien und Patientendaten mit dem Ergebnis, dass es vielen Patienten nach der Behandlung besser ging - egal, ob sie ein Medikament oder eine gefakte Pille (Placebo) einnahmen. Ausnahme war nur eine Gruppe besonders schwer erkrankter Menschen - erneut unabhängig von der Frage, ob es sich dabei um Männer oder Frauen handelt. In der Dosierung gibt es je-



Dr. Willi Martmöller

Foto: Pielorz

doch Unterschiede, weil sich die Stoffe im Fettgewebe anreichern und bei Frauen der Körperfettanteil höher ist, so dass eine Dosierung oft niedriger ausfallen sollte als bei Männern. Schon 2008 hätte man einen Aufschrei erwartet. Stattdessen wiederholte sich in Japan der nächste Siegeszug eines Antidepressivum. Der amerikanische Hersteller startete eine Kampagne, erfand dann einen neuen Namen (kokoro no kaze - Schnupfen der Seele), verbreitete die These der Fehlfunktion von Botenstoffen im Gehirn und das Antidepressivum wurde zum Milliardengeschäft.

„In der Psychotherapie geht es aktuell nicht um die Frage der unterschiedlichen Wirkung von

Medikamenten bei Männern und Frauen, sondern darum, ob sie unabhängig vom Geschlecht anders wirken als ein Placebo. Wichtiger in ihrer Bedeutung ist die Beziehung zwischen Therapeut und Patient. Sind die Expertise des Therapeuten und die Plausibilität der Therapie hoch, dann sind auch die Effekte hoch.“

## Erwartung und Beziehung

Bedeutet: Die Erwartung des Patienten und die Beziehung zum Therapeuten sind entscheidende Kriterien in der Psychotherapie. Wenn „diese Chemie einfach nicht stimmt“, dann wird das auch nichts...

Eine neue, auf der Konferenz der British Psychological Society 2017 vorgestellte Studie hat jetzt herausgefunden, dass Frauen und Männer in der psychologischen Psychotherapie unterschiedliches suchen. Frauen wollen Zeit, um über ihre Gefühle zu sprechen, Männer wollen eine schnelle Lösung ihrer Probleme. Martmöller stellt allerdings eine Zunahme von Männern in der Psychotherapie fest, die bereit sind, sich von besagter schneller Lösung zu verabschieden.

Der schnelle Griff zur Pille scheint in der Psychotherapie für Frauen **und** Männer mehr als zweifelhaft. Eines ist aber klar: Wer ein Medikament nimmt, sollte dies nicht ohne Rücksprache mit Arzt oder Therapeut absetzen! anja

## Ausflug in die Neurologie

Das Gehirn des Menschen besteht aus rund 100 Milliarden Nervenzellen (Neuronen), die Signale übermitteln, die als elektrische Ströme durch die Nervenbahnen laufen. Die Nervenzellen stehen über spezielle Kontaktstellen (Synapsen) miteinander in Verbindung. Über sie werden durch Trägersubstanzen (Neurotransmitter) Signale von einer Nervenzelle zur nächsten übertragen. Bei gesunden Menschen stehen diese Überträgersubstanzen in einem Gleichgewicht zueinander. Bei Depressionen ist diese Balance gestört, vor allem im Hinblick auf die Trägersubstanzen Serotonin, Noradrenalin und Dopamin. Viele Jahre glaubte man, durch Medikamente (Antidepressiva) erneut ein Gleichgewicht herstellen zu können. Heute geht man eher davon aus, dass nicht die Störung allein für die Depression verantwortlich ist.

Antidepressiva waren ein Nebenprodukt der pharmazeutischen Forschung nach dem Zweiten Weltkrieg. Forscher entwickelten eine neue chemische Verbindung als Ersatzantriebsstoff für Raketen, Hydrazin - auch geeignet für den Bau neuer Medikamente. Sie kamen bei Tuberkulosepatienten zum Einsatz, die zwar immer noch schwer krank, aber in deutlich besserer Stimmung waren.