

# Geteiltes Leid

## Psychische Erkrankung

Sie müssen helfen und würden selbst dringend Hilfe brauchen. Verirrt sich die Seele eines Menschen in Wahn oder Dunkelheit, gerät auch die Welt der Angehörigen aus den Fugen

**D**ie Stimme am Telefon klang unbeteiligt, als sie das Leben von Heike Petereit-Zipfel mit wenigen Worten auf den Kopf stellte. „Was? Unmöglich!“ Der Arzt am anderen Ende des Apparats nannte ihr die Diagnose: Schizophrenie. Darunter litt für die damals 41-Jährige der Mörder im Krimi. Aber nicht ihr Sohn, das nachdenkliche, feinfühliges Kind.

Ja, Philipp hatte sich verändert – und das schon vor seinem 18. Geburtstag, den er erst kürzlich gefeiert hatte. Wie oft hatte er sie zur Verzweiflung gebracht, wenn er tagelang verschwand, dann verwirrt und barfuß nach Hause kam. Zuletzt glaubte er Menschen zu sehen, die nicht da waren. Doch schizophren? „Ich hatte keine Ahnung, was das bedeutet“, sagt die Frau aus Emmendingen.

Und der Arzt sah keinen Anlass, es der schockierten Mutter zu erklären. Nicht am Telefon, nicht bei einem Gespräch in der Klinik. Selbst dann nicht, als Philipp so starke Medikamente bekam, dass er sich kaum noch auf einem Stuhl halten konnte. Wie die Person auf Edvard Munchs Gemälde „Der Schrei“ habe sie sich damals gefühlt. Fassungslos und ohnmächtig.

Philipps erste schwere Krankheitsphase liegt nun gut elf Jahre zurück. „Inzwischen bezieht man die Angehörigen schon mehr mit ein“, erzählt Heike Petereit-Zipfel. Die vierfache Mutter

hat Erfahrung. Immer wieder verlor sich ihr ältester Sohn in der verwirrenden Welt der Krankheit. 15 Mal war er bislang in der Klinik, meist für mehrere Monate. Doch auch wenn Angehörige heute Ärzte finden, die mit ihnen reden: Noch immer fühlen sich viele wie Störenfriede, die kühl und herablassend behandelt werden.

## Geliebter Mensch wird fremd

Dr. Lars Hölzel kennt solche Klagen. „Bei einer psychischen Erkrankung ist das Umfeld direkt mitbetroffen“, erklärt der leitende Psychologe der Parkklinik Wiesbaden Schlangenbad. Kaum etwas ist verstörender, als wenn ein geliebter Mensch zu einem Fremden wird, sein Geist in unverständliche Ferne rückt. Herzinfarkt, Krebs, darunter kann sich jeder etwas vorstellen. Doch eine bipolare Störung, eine Psychose aus dem schizophrenen Formenkreis, eine schwere Depression – wer weiß schon, was das genau bedeutet?

Die erste Notfallhilfe, die Angehörige dann brauchen, ist Information. Und das nicht nur aus dem Internet. Auch ein einmaliges Gespräch, wie es inzwischen die meisten Kliniken anbieten, reicht nach Hölzels Erfahrung nicht aus. An der Uni Freiburg hat er eine psychoedukative Angehörigengruppe zum Thema Depression initiiert. Vermittelt werden Grundlagen zum Ver- ▶





## Wahn und Wirklichkeit

Als Heike Petereit-Zipfel ihren Sohn Philipp kurz nach seinem 18. Geburtstag in die Psychiatrie bringen musste, fühlte sie sich von den Ärzten im Stich gelassen. Heute kämpft sie dafür, dass die Bedürfnisse von Angehörigen stärker berücksichtigt werden. Ihr Sohn hat Schizophrenie, war inzwischen 15 Mal stationär in der Klinik. Für die 53-Jährige steht fest: „Ich werde ihn nie aufgeben.“



ständnis der Erkrankung und ihrer Therapie. Darüber hinaus erfahren die Teilnehmer, wie sie sich selbst entlasten. „Die Gefahr ist sonst groß, dass auch sie psychische Probleme entwickeln“, sagt Hölzel. Zudem lernt die Familie, wie sie Probleme im Umgang mit dem Patienten bewältigt.

## Familie senkt Rückfallrate

„Ohne Schulung ist es schwer, sich richtig zu verhalten“, bestätigt der Psychiater Professor Josef Bäuml, der am Klinikum rechts der Isar in München als einer der Ersten Angebote für Angehörige etablierte.

Natürlich möchte man jemanden, der sich in wahnhafte Ideen verliert, am liebsten schütteln und sagen: „Hör auf mit dem Unsinn!“ Doch Druck, Ungeduld und Unverständnis verletzen nur und führen zu Stress. Und der kann einen Rückfall begünstigen. Bezieht man die Angehörigen indes mit ein, werden viele nach Bäumls Erfahrung zu treuen Therapiebegleitern. Wird das Umfeld geschult, senkt



## Licht und Schatten

Nach Euphorie und Hochgefühl folgt eine Zeit der Dunkelheit: Bei der bipolaren Störung pendeln die Betroffenen zwischen Manie und Depression. Karl Heinz Möhrmanns Ehefrau Erika leidet seit 47 Jahren darunter. Dennoch sagt der Rentner: „Wir hatten ein erfülltes gemeinsames Leben.“

das die Rückfallrate um bis zur Hälfte, wie Studien zeigen. Noch stärker sinkt die Zahl der Kliniktage. „Es ist wichtig, dass Patienten, Angehörige und Ärzte eine Allianz bilden – gegen die Krankheit.“

Als Philipp in die Klinik kam, musste Heike Petereit-Zipfel selbst aktiv werden, um Informationen zu erhalten. Sie ging zum Gesundheitsamt, drängte auf ein Gespräch. Ein Arzt bestätigte ihr, dass es richtig war, ihren völlig verwirrten Sohn durch die Polizei einweisen zu lassen. Für die Mutter eine große Entlastung. „Ich hatte riesige Zweifel“, sagt sie. Nie werde sie vergessen, wie sie Philipp zum ersten Mal auf der geschlossenen Station der Psychiatrie besuchte. „Bitte versteh. Ich musste das tun. Ich hatte solche Angst um dich“, sagte sie zu ihm. „Das verzeih ich dir nie“, entgegnete er.

„Schuldgefühle quälen fast alle Angehörigen,“ so Bäuml. Erkrankt ein Kind, stellt sich für Eltern unvermeidbar die Frage: Habe ich etwas falsch gemacht? Habe ich wegen der Schule

zu sehr gedrängt? Hätte ich die Partys verbieten sollen? „Jeder findet irgendetwas“, sagt der Psychiater. Hinzu kommt die Scham, als Eltern derart versagt zu haben. „Eine psychische Krankheit hat viele Ursachen, ist aber nicht das Ergebnis eines Erziehungsfehlers“, betont Bäuml.

## Letzter Ausweg Polizei

Mit Schuldgefühlen haben aber nicht nur Eltern zu kämpfen. Auch Karl Heinz Möhrmann machte sich Vorwürfe, als er seine Frau Erika zum ersten Mal in die Klinik bringen musste. Erst ein Jahr zuvor hatten sie in München geheiratet. Ein glückliches junges Paar. Dann begann die 26-Jährige sich zu verändern. Wenn Möhrmann nach Hause kam, prallten ihm Vorwürfe entgegen, verrückte Verdächtigungen. Oft lief seine Frau weg, zog nachts durchs Bahnhofsviertel. Den Nachbarn erzählte sie, ihr Mann überwache sie.

„Ich konnte nicht mehr, war sogar schon beim Scheidungsanwalt“, ►

### Hilfe für die Familie

**Unterstützung erhalten** Betroffene beim SeeleFon des Bundesverbands der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen unter Telefon 0 18 05/95 09 51 und 02 28/71 00 24 24 sowie der E-Mail seelefon@psychiatrie.de. Dort kann auch der Kontakt zu Angehörigengruppen der Landesverbände hergestellt werden.

**An die örtlichen** sozialpsychiatrischen Dienste kann man sich ebenfalls wenden.

**Anlaufstellen** speziell zu Depressionen bietet etwa das Deutsche Bündnis gegen Depression, Internetseite: buendnis-depression.de.

Foto: WBB/Florian Generatzky

erzählt Möhrmann. Doch dann eskalierte die Situation eines Abends, und er rief den Notarzt. In der Psychiatrie sah er seine Frau am nächsten Tag wieder, mit Medikamenten ruhiggestellt. Die Diagnose: Manie mit Wahnvorstellungen. Heute sprechen Ärzte von einer bipolaren Störung. Auf eine Phase von krankhaft gesteigertem Hochgefühl folgt dabei eine schwere Depression.

Als Möhrmann erfuhr, dass eine Krankheit schuld an dem Verhalten seiner Frau war, zog er die Scheidung zurück. „Es war für mich nie wieder ein Thema“, sagt der heute 76-Jährige. Auch wenn das psychische Leiden das Eheleben begleitete.

Mit den Jahren hat Möhrmann ein Gespür dafür entwickelt, wann Erika

zu aufgedreht ist, sie zu viel redet. Dann erhöhen sie gemeinsam die Dosis der Medikamente. Nicht immer mit Erfolg. Besonders hart war es für Möhrmann, wenn er Erika von der Polizei abholen lassen musste. Einmal klingelte das Telefon, ein Beamter sagte: „Wir glauben, Ihre Frau hat sich vor einen Zug geworfen.“ Zum Glück eine Verwechslung.

### Tricksen ist im Wahn erlaubt

Wie steht man das durch? Möhrmann beantwortet die Frage mit einem Lächeln. Geholfen habe ihm seine Arbeit als Nachrichteningenieur, erzählt er – und der Kontakt mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben. Ein Arzt wies ihn auf die Angehörigen-

gruppe der Klinik hin. „Das hat mein Leben verändert“, sagt er. Denn ein psychisches Leiden macht oft nicht nur den Kranken einsam.

In der Angehörigengruppe erhält er keine Ratschläge wie „Lass dich doch scheiden!“, sondern Mitgefühl und praktische Tipps. Zum Beispiel, dass auch Tricks erlaubt sind, wenn sich der Kranke im Wahn für völlig gesund hält. „Erika beschimpfte dann mich, krank zu sein“, so Möhrmann. Einmal sagte er: „Du hast recht. Ich muss zum Psychiater. Bitte, begleite mich.“ Das funktionierte. Als die Klinik die Gruppe nicht mehr anbietet, gründet Möhrmann eine eigene.

Nach der ersten Fassungslosigkeit ergriff auch Heike Petereit-Zipfel die Flucht nach vorne. Einer ihrer Grundsätze bis heute: „Ich werde meinen Sohn nie aufgeben. Und ihn darin unterstützen, dass auch er zumindest teilweise ein glückliches Leben führen kann.“

### Nicht gesund, nur symptomfrei

Sie setzt sich dafür ein, dass die Bedürfnisse von Angehörigen gehört werden: in ihrer eigenen Beratungspraxis sowie im Landesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen. „Würde man uns mehr einbeziehen, könnten wir auch besser loslassen“, sagt sie. „Wir wären auf der Station keine Störenfriede mehr.“

Auch Möhrmann unterstützt im Angehörigenverband Menschen, die sein Schicksal teilen. Er selbst hat es nicht bereut, den Kampf gegen die Krankheit aufgenommen zu haben. „Es war ein erfülltes Leben, mit vielen guten Phasen“, sagt er. Gemeinsame Reisen, Erlebnisse voll Glück. Dann, wenn Erika „symptomfrei“ war, wie er sagt. Und wenn die nächste Krise kommt, werden sie auch diese durchstehen. 48 Jahre hat das Paar gemeinsam verbracht. „Die restlichen kriegen wir auch noch hin“, sagt Möhrmann und lächelt wieder. *Sorja Gibis*



„Es ist wichtig, dass Patienten, Angehörige und Ärzte eine Allianz bilden – gegen die Krankheit“

**Professor Josef Bäuml** ist Psychiater am Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München

Foto: W&B/André Kirsch