

SYMPTOME FRÜH ERKENNEN

Schizophrenie und
bipolare Störungen



inklusive Selbsttest

Liebe Leserin, lieber Leser,

noch immer ist der Begriff „Schizophrenie“ negativ besetzt und wird mit zahlreichen Vorurteilen verbunden. Nur wenige wissen, dass sich die Krankheit, die meist im jungen Erwachsenenalter ausbricht, mithilfe geeigneter Arzneimittel und Therapieformen oft erfolgreich behandeln lässt.

Die Chancen dafür steigen mit der richtigen Diagnose in einem frühen Stadium. Sie gelingt vor allem dann, wenn Eltern Verhaltensänderungen ihrer Kinder aufmerksam beobachten und Auffälligkeiten nicht automatisch der Pubertät zuschreiben.

Das gilt auch für ein Erkrankungsbild, das durch den Wechsel von großer Euphorie und ebenso großer Trauer gekennzeichnet ist: die bipolare Störung.

Diese Broschüre bietet Angehörigen und Betroffenen die Chance, erste Verdachtsmomente für beide Erkrankungen richtig zu deuten – um eventuell ihren Ausbruch zu verhindern oder um trotz psychischem Leiden gut durchs Leben zu gehen.

Schizophrenie

Erste Verdachtsmomente

Es gibt Krankheiten, in deren Vorfeld Symptome auftreten, die Betroffene nicht genau zuzuordnen wissen. Diese Phase vor Ausbruch der eigentlichen Erkrankung bezeichnen Fachleute als Prodromalphase. Bevor eine Schizophrenie beginnt, kann dieses Stadium bereits drei bis fünf Jahre andauern.

Folgende Symptome können dazugehören:

- Das Interesse an Freunden, Hobbys und sozialen Kontakten lässt deutlich nach.
- In Schule, Ausbildung oder Beruf brechen die Leistungen deutlich und anhaltend ein.
- Es fällt schwer, den Alltag zu meistern, Gesprächen zu folgen, sich zu konzentrieren.
- Vitalität, Energie und Appetit nehmen deutlich ab.
- Angst, Unruhe, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen treten auf.
- Gewohntes scheint plötzlich fremd und geheimnisvoll.

Facharzt gefragt

Frühe Therapie hilft

Ganz wichtig:

Diese Symptome sind für sich genommen noch unspezifisch und können ihre Ursache auch in körperlichen Krankheiten oder außergewöhnlichen Lebenssituationen haben. Sie beweisen also keinesfalls eine drohende Schizophrenie. Doch gerade Eltern haben meist ein sicheres Gefühl dafür, ob mit ihrem Kind etwas ernsthaft nicht stimmt, und können ihren Verdacht dann mithilfe von Fachärzten ausschließen.

Bestätigt der Arzt jedoch ein erhöhtes Risiko für eine Schizophrenie, fühlen sich Angehörige und Betroffene oft erleichtert, weil sie endlich wissen, was los ist. Sie bekommen dann Unterstützung, um mit dem Alltag wieder besser zurechtzukommen und Krisensituationen zu meistern. Womöglich kommt es dann gar nicht zu einer Erkrankung, auf jeden Fall aber kann sie bei Ausbruch rechtzeitig behandelt werden. Das erhöht die Chancen auf einen guten Verlauf deutlich.

Die Therapie kann helfen!

An erster Stelle für eine erfolgreiche Therapie steht das frühe Erkennen einer Schizophrenie oder einer bipolaren Störung. Werden Arzneimittel dann konsequent eingesetzt – unter Umständen auch über einen längeren Zeitraum –, bessern sich die Symptome bei vielen Patienten deutlich. Die Gedanken ordnen sich wieder, das Konzentrationsvermögen nimmt zu. Beides hilft, gemeinsam mit dem Arzt Wege aus der Krise zu finden.

Bipolare Störung

Zwei Phasen im Wechsel

Während unter anderem wahnhafte Vorstellungen und Erregung, verbunden mit Apathie, sozialem Rückzug und Leistungsknick eine Schizophrenie kennzeichnen, treten bei einer bipolaren Störung zwei Phasen abwechselnd oder gemeinsam auf:

- manische Phasen, in denen der Betroffene teilweise höchst euphorisch ist, aber auch aggressiv sein kann und in vielen Punkten enthemmt
- depressive Phasen mit großer Traurigkeit, Schlafstörungen, Ängsten und Lebensüberdruß

Damit Ärzte hier früh die richtige Diagnose stellen können, müssen Betroffene jede Kleinigkeit erzählen. So nennen viele die manischen Phasen nicht, weil sie ihnen normal erscheinen. Oder bei Jugendlichen zeigt sich fälschlicherweise eher das Bild eines Aufmerksamkeitsdefizits.

Auf der nächsten Seite finden Angehörige und Betroffene deshalb einen Test, der ihnen eine Risikoeinschätzung ermöglicht und Anhaltspunkte dafür bietet, wann ein Arzt aufgesucht werden sollte.

Risikocheck

Machen Sie den Test!

Die nachstehenden Fragen bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihr persönliches Befinden einfach und sicher selbst einzuschätzen und sich Gewissheit zu verschaffen, ob bei Ihnen eine bipolare Störung vorliegt. Dieser Fragebogen ersetzt allerdings nicht das Gespräch mit einem Arzt, sondern soll Ihnen nur Hinweise geben.

I. Gab es einmal einen Zeitabschnitt in Ihrem Leben, in dem Sie anders fühlten und handelten als sonst und in dem ...

1. ... Sie so gehobener Stimmung waren, dass Ihre Mitmenschen den Eindruck hatten, Sie seien anders als sonst, oder Sie aufgrund Ihrer gehobenen Stimmung Schwierigkeiten mit Ihren Mitmenschen bekamen? ☐ Ja ☐ Nein
2. ... Sie sich so gereizt fühlten, dass Sie Mitmenschen angeschrien haben oder in Streitigkeiten oder Handgreiflichkeiten verwickelt wurden? ☐ Ja ☐ Nein
3. ... Sie sich sehr viel selbstbewusster fühlten als gewöhnlich? ☐ Ja ☐ Nein
4. ... Sie weniger Schlafbedürfnis hatten? ☐ Ja ☐ Nein
5. ... Sie mehr Rededrang verspürten oder schneller sprachen als sonst? ☐ Ja ☐ Nein
6. ... Ihre Gedanken zu rasen begannen? ☐ Ja ☐ Nein
7. ... Sie so schnell von äußeren Ereignissen abgelenkt wurden, dass Sie sich nicht mehr konzentrieren konnten? ☐ Ja ☐ Nein
8. ... Sie viel mehr Energie hatten als sonst und sich leistungsfähiger fühlten? ☐ Ja ☐ Nein

9. ... Sie deutlich mehr Aktivitäten an den Tag legten als gewöhnlich?

☐ Ja ☐ Nein

10. ... Sie geselliger waren als sonst oder Sie weniger soziale Hemmungen hatten (z. B. mitten in der Nacht einen Freund anrufen)?

☐ Ja ☐ Nein

11. ... Sie mehr Interesse an Sex hatten als sonst?

☐ Ja ☐ Nein

12. ... Sie Dinge taten, die für Sie untypisch sind bzw. von denen Mitmenschen sagten, sie seien übertrieben, leichtsinnig oder riskant?

☐ Ja ☐ Nein

13. ... Sie so viel Geld ausgaben, dass Sie sich selbst oder Ihre Familie in finanzielle Schwierigkeiten brachten?

☐ Ja ☐ Nein

II. Haben Sie mehr als eine Frage mit „Ja“ beantwortet?

Wenn ja: Sind manche der oben genannten Symptome innerhalb desselben Zeitabschnitts aufgetreten?

☐ Ja ☐ Nein

III. Wie problematisch schätzen Sie die Schwierigkeiten ein, die durch diese Erlebens- und Verhaltensweisen entstanden sind, z. B. familiäre Schwierigkeiten, finanzielle oder rechtliche Probleme, Streitigkeiten oder Handgreiflichkeiten?

☐ Nicht problematisch ☐ Problematisch

Sollten Sie Ihre persönliche Einschätzung als „problematisch“ bewerten, möchten wir Ihnen empfehlen, mit Ihrem Hausarzt oder einem Arzt für Nervenheilkunde oder einem Psychologen Kontakt aufzunehmen.

Schizophrenie und bipolare Störungen

Nützliche Adressen

Familien-Selbsthilfe Psychiatrie/ Bundesverband der Angehörigen psychisch Kranker (BApK)

Oppelner Straße 130

53119 Bonn

Tel.: 0228 632646

Fax: 0228 658063

E-Mail: bapk@psychiatrie.de

www.psychiatrie.de

www.bapk.de

FETZ Berlin

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Charité-Universitätsmedizin

Campus Charité Mitte

Charitéplatz 1

10117 Berlin

Tel.: 030 450517078

E-Mail: fetz@charite.de

www.charite.de/fetz

Bonner Zentrum für Beratung und Behandlung bei erhöhtem Psychoserisiko

Sigmund-Freud-Straße 25

53105 Bonn

Tel./Fax: 0228 287-16302

E-Mail: zebb@ukb.uni-bonn.de

www.zebb.de

FETZ-München

Psychiatrische Universitäts- klinik der LMU

Nussbaumstraße 7

80336 München

E-Mail: fetz@med.uni-muenchen.de

<http://psywifo.klinikum.uni-muenchen.de/fetz>

Überreicht durch:

STADApHarm GmbH

Stadastraße 2–18

61118 Bad Vilbel

www.stada.de