

## Krieg

## Geschichte

## Kultur

### Bomben auf Patienten



Der Angriffskrieg Russlands gegen die Ukraine trifft die Schwächsten mit besonderer Härte. Auch in Psychiatrien gab es Tote. Patienten leiden nicht nur an Auswirkungen ihrer Erkrankungen, sondern auch an Angst vor den Bomben und müssen Schutz in Kellern suchen. Das Foto zeigt Schutzsuchende auf einem Screenshot eines Videos, der für die NGO GIP gedreht wurde, die u.a. für Generatoren Spenden sammelt. **Seite 7**

### Die Entzauberung



Prof. Hans Bürger-Prinz war von 1936-45 Leiter der UKE-Psychiatrie, und er setzte nach dem Krieg seine Karriere nahtlos fort – wie so viele seiner Kollegen, die in die Euthanasie-Verbrechen der Nazis verwickelt waren. Nachforschenden wurden selbst in den 1980er Jahren noch Steine in den Weg gerollt – was bei einem Symposium am Universitätsklinikum jetzt noch einmal gründlich aufgearbeitet wurde. **Seite 11**

### Hinter den „Nanas“



Die Kunsthalle Schirn Frankfurt präsentiert noch bis 21. Mai das facettenreiche Schaffen von Niki de Saint Phalle in einer rund 100 Werke umfassenden Ausstellung. Fast jeder kennt ihre heiteren, fröhlich tanzenden, knallbunten, monströsen Frauenskulpturen: die „Nanas.“ Kaum oder nur wenig bekannt ist die leidvolle, gar erschütternde Lebensgeschichte der Künstlerin, die in einer Psychiatrie anfang zu malen. **Seite 13**

# „Unhaltbare Zustände“

## Psychisch krank in Haft: Über menschenrechtliche Missstände in Gefängnissen

**Nicht zuletzt das Messerattentat von Brokstedt lenkte den Blick auf die Situation von psychisch beeinträchtigten Straftätern in Hamburg. Bundesweit rückte sie die DGPPN in den Vordergrund, indem sie dazu voriges Jahr eine „Task-Force“ bildete. Psychisch kranke Straftäter werden nur im Fall festgestellter Schuldunfähigkeit oder eingeschränkter Schuldfähigkeit im Maßregelvollzug behandelt. Gelten sie trotz Krankheit als schuldfähig oder werden sie in der Haft krank, gibt es für sie in den meisten Bundesländern und auch in Hamburg – obwohl hier seit gut 20 Jahren gefordert – keine einer normalen Psychiatrie vergleichbare vollstationäre Behandlung innerhalb der Haft. Folge: eine teils menschenunwürdige Unterbringung.**

HAMBURG (hin). Die desolote Situation in vielen Bundesländern ist auch einem Teufelskreis geschuldet: „Es gibt einen Trend, ganz schwer psychisch Kranke weg aus der Allgemeinpsychiatrie hin in die Forensik zu delegieren“, kritisiert Dr. Jochen Brack. Brack war früher im Hamburger Maßregelvollzug, aber

auch als „Besuchsarzt“ im Justizvollzug tätig, arbeitet inzwischen nur noch als Gutachter. Folge dieses Trends sei: kein Platz in der übervollen Forensik, und so bleiben psychisch kranke Menschen, die früher dorthin verlegt worden wären, in Haft. Unter „unhaltbaren Zuständen“, wie Brack findet: „Psychisch kranke Menschen gehören nicht in Haft“ – diese früher klare „Leitschnur“ habe sich deutlich verschoben.

Aus seiner Sicht werden für psychisch Auffällige heute allzu schnell Unterbringungen in der Forensik beantragt. „Das ist irre, was ich für Gutachten kriege, früher hätte man die in der Allgemeinpsychiatrie behandelt.“ Dazu zählt er auch mehrere „ersterkrankte, ganz junge Patienten“, für die er gerade Gutachten erstellt und die aus allen Hamburger Psychiatrien ange-regert würden.

Was es im Hamburger Justizvollzug gibt, ist eine kleine Station mit neun Betten für die vorläufige Unterbringung (gemäß § 126 a) von vermutlich zumindest eingeschränkt schuldfähigen, aber noch nicht verurteilten psychisch kranken Straftätern. Daneben würden aber bis zu zeitweise 30 weitere gemäß 126 a vorläufig

untergebrachte psychisch Kranke in der Untersuchungshaft verwahrt. Letzteres sei eigentlich rechtswidrig, so Brack.

Die Situation schildert er so: Akut schizophrene Erkrankte würden „schlimmstenfalls in Beobachtungszellen eingesperrt“ und von Kameras überwacht. „Aber das verschlimmert die psychotischen Symptome eher.“ Hofgänge fänden aus Angst vor Übergriffen nicht statt. Behandlung erfolge durch einen Konsiliararzt in den Zellen. Lehnen betroffene schwer kranke Patienten Medikamente ab, blieben sie unbehandelt allein in der Zelle statt in ein allgemein-psychiatrisches Krankenhaus verlegt zu werden. „Die vegetieren dort vor sich hin.“ Umgeben von überforderten Vollzugsbeamten, die nicht für den Umgang mit psychisch erkrankten Patienten geschult seien. „Die Patienten trommeln mit Macht gegen die Tür, koten die Zellen voll oder drohen sich umzubringen.“ Der Zustand einiger Zellen sei unbeschreiblich, so Jochen Brack. „Das sind unhaltbare Zustände!“ **Anke Hinrichs**

Mehr über ein neues Hamburger „Maßnahmenpaket“ und die Situation in anderen deutschen Anstalten: **Seite 2 & Seite 6**

## Der Fall Ibrahim A.

Am 19. Januar 2023 muss das Landgericht den Haftbefehl für den in der JVA Billwerder als Untersuchungsgefangenen einsitzenden staatenlosen Palästinenser Ibrahim A., 33, aufheben. Ohne gültige Papiere und ohne Wohnung wird er von einem Tag auf den anderen auf die Straße entlassen. Immerhin: Die Adressen von Übernachtungsstellen für Obdachlose und von Drogenhilfeeinrichtungen seien ihm bekannt gewesen, teilte die Justizbehörde dem NDR mit. Am 25. Januar 2023 fährt Ibrahim A. nach Kiel, um sein Ausweisdokument verlängern zu lassen. Auf dem Rückweg, mit Kokain, Methadon und Morphin im Blut, wie die „Zeit“ mit Verweis auf eine Laboruntersuchung berichtete, soll er mit einem Messer wahllos auf Mitreisende eingestochen haben.

Zwei Menschen, 17 und 19 Jahre alt, sterben, weitere fünf Menschen werden teilweise schwer verletzt. Verhaftet worden war Ibrahim A. ein Jahr zuvor, weil er vor dem Drob Inn mit einem Messerknauf einen Mann am Kopf verletzte, auf der Wache wurde ihm dann laut der „Zeit“ ein Messerangriff vor einer Obdachlosen-Essensausgabe zwei Tage zuvor zugeordnet. Nach 15 Tagen im Untersuchungsgefängnis am Holstenglacis wird er in die JVA Billwerder gebracht, wo er im Juli 2022 von Dr. Jochen Brack wegen der Messerattacke begutachtet wird. Brack stellt Haftfähigkeit und Schuldfähigkeit zum Zeitpunkt der Tat fest. „Zum Zeitpunkt meiner Begutachtung im Juli 2022 war er sicher erkrankt an einer Abhängigkeitserkrankung mit dem Schwerpunkt wohl Kokain, aber wohl auch Opiode, und zum zweiten

stellte sich das Erkrankungsbild einer wahnhaften Störung bzw. psychotischen Reaktion im Rahmen der Inhaftierung dar“, sagte er dem NDR. Bei der ihm vorgeworfenen Tat im Januar 2022 sei er aber weder so krank noch so berauscht gewesen, dass er nicht mehr wusste, was er tat. „Er war im Gespräch kooperativ, nicht aggressiv, konnte gut kommunizieren und hörte Stimmen“, wogegen er Neuroleptika erhalten habe, erinnert sich Brack gegenüber dem EPPENDORFER an den Häftling, der ansonsten als „anstrengend“ galt. Rechtlich sei an seiner Behandlung und der Entlassung nichts auszusetzen, meint Brack, wenn es keine Eigen- oder Fremdgefährdung gab – das hatte der Besuchspsychiater noch einen Tag vor Entlassung festgestellt. Nicht wissend, dass der Patient am Tag darauf entlassen werden würde.



Seit 2010 gibt es die schwimmende Tagesklinik – ein altes Frachtschiff, vertäut am Fuße der Pont Charles-de-Gaulle. Fotos (2): TS Production/Longride

## Mit der Psyche in einem Boot

### Die Berlinale-Überraschung: Goldener Bär für Tagesklinik-Doku

Auf der „Adamant“, einer auf der Seine schwimmenden Tagesklinik mitten in Paris, werden Menschen mit psychischen Problemen betreut. Jeden Morgen wird in versammelter Runde abgestimmt, was an diesem Tag passieren soll: Malerei, Musik, gemeinsames Kochen oder ein Film-Club. Dazu gibt es ein gemeinschaftlich betriebenes Café und die Gelegenheit für Gespräche. Schlicht „Sur l'Adamant“ heißt der Film des französischen Dokumentarfilmers Nicols Philibert, 72, der jetzt zur großen Überraschung von Film-

welt und Feuilleton den Hauptpreis der Berlinale gewonnen hat. „L'adamant“ heißt auf Deutsch so viel wie der „Unnachgiebige“. Und der Regisseur transportiert eine passende Botschaft: Die Psychiatrie drohe zu entmenschlichen, das Boot sei ein Ort, an dem Widerstand geleistet werde in einer Zeit, in der die Politik dabei sei, die Psychiatrie im Stich zu lassen, kritisierte der Franzose im Rahmen einer Berlinale-Pressekonferenz. Wann der Film in die deutschen Kinos kommt, ist offen: Erstmals läuft er am 22. März in Frankreich an. **(hin)**

## AUS DEM INHALT

BLICKPUNKT		BREMEN	
Wie Psyche durch den Magen geht	Seite 3	„Einzelfälle“: Ein Heilpraktiker über Kritik an seiner Zunft	Seite 10
GESELLSCHAFT		INKLUSION	
Die Rolle der Polizei in der psychiatrischen Versorgung	Seite 5	Ottersberg: Mit Lernproblemen voll studieren	Seite 12
KINO		BREMEN	
Komm' doch mit auf den Hesterberg ...!	Seite 8	„Brynja“: Das erste „Fitnessstudio für die Psyche“	Seite 17
SERIE		DEMENZ	
Die Schädel des Franz Joseph Gall	Seite 9	Ein Krimi rückt Betrug an Kranken in den Fokus	Seite 19

# Jetzt plant Hamburg „Übergangskoaches“

■ In den JVA werden sehr viele Psychopharmaka verabreicht

**Fortsetzung von Seite 1:** Es gibt zwar die Möglichkeit, auf Haftunfähigkeit zu plädieren und Unterbringung nach Psych KG oder Betreuungsrecht in einer Allgemeinpsychiatrie (bei Selbst- oder Fremdgefährdung) oder auch Entlassung zu beantragen. Doch das Procedere dauere häufig Monate, dahinter stehe „unglaublich viel Bürokratie“. Betreuungsgerichte arbeiteten teils „sehr insuffizient“. Meist verblieben die psychisch Kranken „unter unmenschlichen Bedingungen in Haft“, so Dr. Jochen Brack.

Weiterer Knackpunkt bislang: fehlendes Entlass-Management nach der Untersuchungshaft. Der Anwalt Matthias Wisbar, der seit drei Jahrzehnten Menschen vertritt, die in Hamburgs Untersuchungshaftanstalt am Holstenglacis einsitzen, hält die dortigen Zustände grundsätzlich für psychisch labile Personen für gefährlich. Und für ihn zeigt der Fall Brokstedt klar, „wie falsch das ganze System ist“. Armen und Junkies etwa helfe niemand. „Die werden unbehandelt vor die Tür gesetzt, und am nächsten Tag stehen sie wieder vor dem Drob Inn. Das Schlimmste ist, im Gefängnis krank zu werden. Noch schlimmer ist es, dort verrückt zu werden.“

Ein Indikator für das seelische Befinden in der U-Haft ist die Anzahl verabreichter Psychopharmaka. 2020 – im ersten Corona-Jahr – wurden allein in der Untersuchungshaftanstalt über 12.000 Tagesdosen an Benzodiazepinen bestellt – 34 Prozent mehr als im Vorjahr. Auch die Anzahl der bestellten Neuroleptika war um 25 Prozent auf 22.633 Tagesdosen gestiegen; im Bereich der Antidepressiva war die Anzahl der bestellten Tagesdosen um 10 Prozent auf 22.249 gestiegen – Zahlen, die die Fraktion der Linken erfragte. Zuvor hatte bereits die „Zeit“ die „über die Maßen“ häufige Bestellung von Antipsychotika recherchiert. Schon für das Jahr 2019, besonders deutlich wurde dies für 2020. In diesem Jahr kauften die Hamburger Gefängnisse demnach rund 62.000 antipsychotische Tagesdosen.

Immerhin: Brokstedt hat Folgen. Justiz- und Innenbehörde – die Gesundheitsbehörde blieb außen vor – haben in Reaktion auf den tödlichen Angriff ein „Maßnahmenpaket“ beschlossen, zu dem neben diversen Sicherheitsmaßnahmen auch die Einführung von Übergangskoaches, die „Untersuchungsgefangene während der Haft begleiten, sie bei der Bearbeitung ihrer sozialen Probleme unterstützen“ sollen, in der Untersuchungshaft gehört. Ferner geplant: „gemeinsame Fallbewertung von Justizvollzug, Si-

cherheitsbehörden, Staatsanwaltschaft, Ausländerbehörde und den für soziale Fragen zuständigen Behörden und Einrichtungen für alle wegen eines Gewaltdelikts inhaftierten Untersuchungsgefangenen, die psychische Verhaltensauffälligkeiten mit aggressiver Grundtendenz zeigen und/oder suchtmittelabhängig sind“.

Erwähnt wird auch die „Einrichtung einer Kurzzeitintervention im Zentralkrankenhaus“ – „sobald die räumlichen Kapazitäten im Zentralkrankenhaus in der UHA zur Verfügung stehen“. Diese werden gegenwärtig vom Maßregelvollzug zur vorläufigen Unterbringung gemäß § 126a StPO genutzt (s.o.).

Dr. Jochen Brack glaubt noch nicht dran. Dafür müsse man ja auch erst mal Personal finden. Zudem sei dies schon mal an der Kostenfrage gescheitert. Für ihn geht es vor allem um die Überwindung von Schnittstellen. „Alle Beteiligten an einen Tisch. Über Fallbeispiele reden und darüber, wie man was verbessert“, schlägt er vor. Und eben endlich eine psychiatrische Abteilung im Justizvollzugskrankenhaus schaffen.

Außerdem regt er an: „Wir sollten uns fragen, wie gehen wir mit Migranten um? Warum werden die psychisch krank? Ich war gestern in einem zehn Quadratmeter Wohncontainer öffentlicher Unterbringung in Harburg – da würde ich auch krank werden. Das ist erschreckend.“ (hin)

## Meldungen

### Mental Health Coaches für die Schulen

HAMBURG (rd). Laut dem Abschlussbericht der Interministeriellen Arbeitsgruppe (IMA) „Gesundheitliche Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche durch Corona“ dauern die Folgen der Pandemie für Kinder und Jugendliche bis heute an. Es seien immer noch 73 Prozent der Kinder und Jugendlichen psychisch belastet, heißt es in dem Papier. Die Arbeitsgruppe empfiehlt daher konkrete Maßnahmen, manches wurde schon angeschoben. So stehen dieses Jahr 56 Millionen Euro mehr für Frühe Hilfen wie Lotsendienste und Familienhebammen zur Verfügung. Weiter werden digitale Sprechstunden von Fachleuten zu Themen wie Flucht, psychische Gesundheit und Ernährung gefördert. Ab dem Schuljahr 2023/24 sollen Mental Health Coaches an Schulen eingesetzt werden und Kindern und Jugendlichen bei Sorgen, Problemen und Krisen zur Seite stehen. Kinder sollen zudem künftig beim Jugendamt psychosoziale Beratung in Anspruch nehmen können, ohne dass ihre Eltern darüber informiert werden. Psychisch kranke Eltern sollen niedrigschwellig Hilfe von den Erziehungsberatungsstellen erhalten.

### Streit um Einhaltung von Mindestvorgaben

BERLIN (rd). 50 Prozent der Krankenhäuser für Kinder- und Jugendpsychiatrie und knapp 40 Prozent der psychiatrischen Krankenhäuser setzten in 2021 weniger Personal zur Versorgung der Patienten ein als vorgeschrieben. Bundesweit geltende Mindestvorgaben für die Personalstärke würden oft nicht eingehalten werden, kritisierte der Spitzenverband der gesetzlichen Krankenkassen. Die Deutsche Krankenhausgesellschaft (DKG) wies die Vorwürfe zurück. Laut den Krankenkassen erhiel-

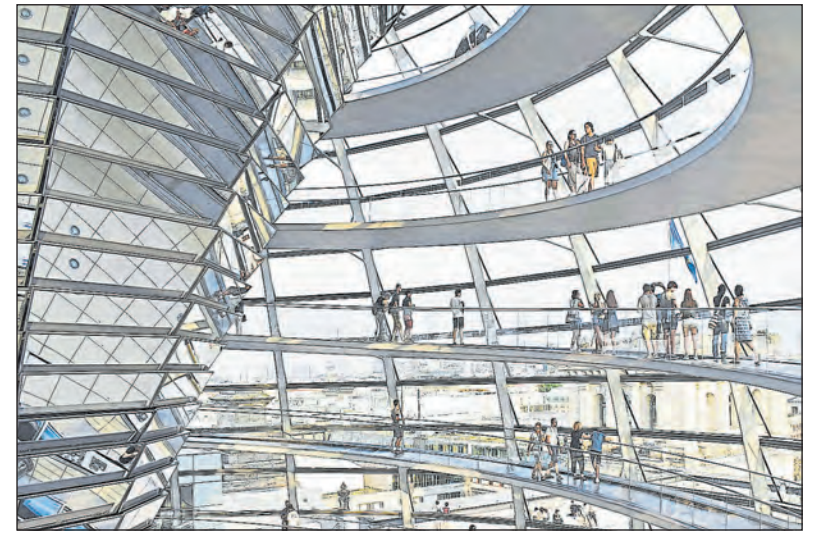
ten die Krankenhäuser ausreichend Mittel zur Finanzierung des Personals, so die GKV-Vorstandsvorsitzende Doris Pfeiffer. Das vereinbarte Personalbudget würde aber auch für andere Zwecke und nicht vollständig für therapeutisches Personal verwendet werden, sagte sie.

Vorwürfe der Zweckentfremdung von Kassengeldern wies die Krankenhausgesellschaft (DKG) als „unseriös“ zurück. Weiter erklärte sie, die Behauptungen der GKV basierten auf Daten, die absolut noch nicht aussagekräftig seien. Die DKG sieht sich durch die Kassen-Kritik wiederum in ihrer Kritik an der Mindestvorgaben-Regelung bestätigt. Das Problem sei, dass die Mindestvorgaben als in Gänze nicht erfüllt gelten würden, wenn die Vorgaben schon in einer einzigen von insgesamt sechs Berufsgruppen nicht eingehalten werden können. Tatsächlich erfüllten über 90 Prozent der Kliniken über alle sechs Berufsgruppen die Mindestanforderungen. Die meisten Einrichtungen erreichten sogar einen Umsetzungsgrad über alle Berufsgruppen hinweg von 100 bis 110 Prozent.

### PsychotherapeutInnen zweitgrößte Arztgruppe

BERLIN (rd). Die Zahl der ambulant arbeitenden Psychotherapeuten in Deutschland ist in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen. Haben 2011 noch 23.622 von ihnen an der Versorgung teilgenommen, waren es Ende 2021 37.481. Das geht aus der Antwort der Bundesregierung auf eine kleine Anfrage der CDU/CSU-Fraktion hervor. Der Anstieg ist maßgeblich auf die stark steigende Anzahl der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutinnen und -therapeuten zurückzuführen: von 4322 im Jahr 2013 auf 7072 im Jahr 2021. Inzwischen stellen die PsychotherapeutInnen nach den HausärztInnen die zweitgrößte Arztgruppe dar.

## Brief aus der Hauptstadt



Über dem Zentrum der Macht: die begehbare Kuppel des Berliner Reichstags. Foto: pixabay

## Virtuelle Wortwelten

Der mediale Hype um den auf künstlicher Intelligenz beruhenden Textgenerator ChatGPT ging auch an mir nicht vorbei. Kurz war ich versucht, die Rückmeldung von ChatGPT zur ihm gestellten Aufgabe „Schreibe bitte einen Artikel über die Probleme im Berliner Maßregelvollzug“ hier einleitend zu verwenden, um dann mit dem Hinweis, dass dieser Text nicht menschlichem Gehirnschmalz entsprungen ist, die Katze aus dem Sack zu lassen. Aber verbietet es sich nicht, Leserinnen und Leser hinter's Licht zu führen? Zudem enthielt der Text auch keine Novitäten, die nicht bereits im Artikel auf der Titelseite des letzten Eppendorfers standen. Weil die Texte, mit denen die künstliche Intelligenz gefüttert wurde, lediglich bis 2021 reichen, war auch nicht mit großen Überraschungen zu rechnen. Die Experimente mit ChatGPT gingen aber weiter. Gefüttert mit der Frage nach den Herausforderungen der Eingliederungshilfe in Berlin für die

mehrere Wochen aus, heißt es, und Ergo-, Sport- und Einzeltherapien fänden häufig nicht statt. Die Bezugspersonen würden oft wechseln, eine Patientin beschreibt, dass sie innerhalb von zwei, drei Jahren 14 verschiedene Therapeuten gehabt habe. Kritik wird auch in Bezug auf die Übergänge von der Klinik in ambulante Versorgungssysteme geübt. Diese reicht von der mangelhaften Zusammenarbeit mit den Protagonisten der gemeindepsychiatrischen Strukturen bis hin zur Entlassung in die Obdachlosigkeit. Da die Probleme seit vielen Jahren bekannt sind, ist Optimismus in Bezug auf das schnelle Eingreifen der Politik vermutlich eher als naiv einzuordnen. Nun versucht man erst einmal eine gültige Wahl zu organisieren.

Hoffnung macht dagegen eine neue hochrangige Stellenbesetzung in Berlin. Nachdem der langjährige Psychiatriebefauftragte des Landes im November 2021 den Posten eines Staatssekretärs angetreten hat, blieb

### „Wer weiß, vielleicht bastelt künftig der Computer einen Hilfeplan“

seine bisherige Stelle lange vakant. Anfang dieses Jahres übernahm die psychiatrische Fachärztin Dr. Degano Kieser diese Stelle. Kieser hat in Triest gearbeitet, war ärztliche Leiterin der Berliner Krisenpension, engagiert sich im Bereich der psychosozialen Versorgung von Migranten und befasst sich mit partizipativer Forschung und dialogischer Konzeptentwicklung. Aufgrund ihres breiten Portfolios abseits des psychiatrischen Mainstreams wächst die Zuversicht, dass sich Frau Dr. Kieser für die Belange der Berliner Sozial- und Gemeindepsychiatrie einsetzen wird. Und vielleicht bringt die Wiederholungswahl auch noch mal eine neue Dynamik in die Berliner Psychiatrie-Landschaft.

Wer weiß, vielleicht beschreiben Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen in einigen Jahren ihre Inklusionshemmnisse im Alltag in einem KI-gestützten Gespräch und der Computer bastelt daraus einen Hilfeplan inklusive Ziel- und Maßnahmenformulierungen. Vor diesem Szenario bekommt die aktuelle Diskussion um Diskriminierung, Rassismus und Ausgrenzung, vor denen auch die KI nicht gefeit zu sein scheint, eine ganz eigene, erschreckende Dimension.

Einige neue Erkenntnisse aus dem Berliner Maßregelvollzug gibt es aber dank des neuen Jahresberichts der Beschwerdestelle für Psychiatrie dann doch. Die forensische Schwerpunktausgabe berichtet nicht nur über die Beschwerden zu den bekannten baulichen Mängeln und über den Personalmangel, sondern auch über deren konkrete Auswirkungen auf die Versorgung der Patienten. Moniert werden die hohen Temperaturen bei unzureichender Frischluft und fehlende Privatsphäre bei Telefonaten. Die Visite falle über

seine bisherige Stelle lange vakant. Anfang dieses Jahres übernahm die psychiatrische Fachärztin Dr. Degano Kieser diese Stelle. Kieser hat

in Triest gearbeitet, war ärztliche Leiterin der Berliner Krisenpension, engagiert sich im Bereich der psychosozialen Versorgung von Migranten und befasst sich mit partizipativer Forschung und dialogischer Konzeptentwicklung. Aufgrund ihres breiten Portfolios abseits des psychiatrischen Mainstreams wächst die Zuversicht, dass sich Frau Dr. Kieser für die Belange der Berliner Sozial- und Gemeindepsychiatrie einsetzen wird. Und vielleicht bringt die Wiederholungswahl auch noch mal eine neue Dynamik in die Berliner Psychiatrie-Landschaft.

Ilja Ruhl

### Betrifft: Abs.

Der Autor arbeitet als Sozialarbeiter bei einem gemeindepsychiatrischen Träger in Berlin. Er engagiert sich ehrenamtlich in der „Berliner Gesellschaft für Soziale Psychiatrie“ und ist Redaktionsmitglied der Zeitschrift „Soziale Psychiatrie“.



## IMPRESSUM

### EPPENDORFER

Zeitung für Psychiatrie & Soziales

www.eppendorfer.de

Jahrgang 35 C 42725

Verlagsanschrift:

AMEOS Nord, Regionalzentrale

Wiesenhof, 23730 Neustadt in Holstein

info@eppendorfer.de

### Herausgeber:

Michael Dieckmann

AMEOS Gruppe (Vi.S.d.P.)

Internet: www.eppendorfer.de

www.ameos.eu

### Abonnement & Anzeigen

aboservice@eppendorfer.de und

erken.schroeder@ameos.ch

Tel.: +49 176 300 55 139 (E. Schröder)

### Redaktionsleitung, Layout und Satz:

Anke Hinrichs (hin)

Redaktionsbüro NORDWORT

Große Brunnenstr. 137, 22763 Hamburg,

Tel.: 040 / 41358524,

E-Mail: mail@ankehinrichs.de,

redaktion@eppendorfer.de

### Mitarbeiter dieser Ausgabe:

Rolf Brüggemann, Turhan Demirel,

Sönke Dwenger, Michael Freitag (frg),

Esther Geißlinger (est), Dr. Verena Liebers,

Ilja Ruhl, Jan Zier, (rd) steht für Redaktion,

Agentur: epd

### Druck:

Boyens Medienholding GmbH & Co. Kg.

Es gilt die Anzeigenpreisliste 2019. Der

Eppendorfer erscheint zweimonatlich und

kostet jährlich 39,50 Euro

(Sozialtarif: 25 Euro).

\* Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Gewähr übernommen.

\* Alle Geschlechter sind gleichberechtigt – aber Texte müssen auch gut lesbar sein. Wegen der besseren Lesbarkeit hat sich die Redaktion entschieden, überwiegend auf die zusätzliche Nutzung diverser Schreibformen bzw. auf eine Festlegung zu verzichten. Dem einzelnen Mitarbeiter steht diese Entscheidung aber frei.

# Psyche geht durch den Magen

■ Warum in Lübeck an einer antidepressiven Ernährungsdiät gearbeitet wird

**Hirn und Darm arbeiten zusammen, und die Zusammensetzung der Bakterien im Körper beeinflusst auch die Psyche. Ob man mit einer kohlenhydratarmen Ernährung Depressionen lindern und daraus eine spezifische Therapie entwickeln kann, wird aktuell an der Universität Lübeck erforscht.**

LÜBECK. Darm und Hirn bilden eine Art WG. Kommuniziert wird nicht am Küchentisch, sondern über „Datenautobahnen“. Entlang der Darm-Hirn-Achse werden über Rückenmark und den Vagusnerv, aber auch das Immunsystem, Informationen zwischen oben und unten ausgetauscht, und auch Billionen an Kleinst-Lebewesen – Bakterien, Viren, Pilze, die das Darm-Mikrobiom bilden – mischen mit. Einige Bakterien produzieren Hormone und Botenstoffe wie Glutamat und Serotonin, die auch bei der Entstehung von Depressionen eine Rolle spielen sollen. Auch Entzündungsprozesse können die Psyche beeinflussen. Durch die Nahrung, die wir zu uns nehmen, wird dieses System in Takt gehalten – oder es gerät aus den Fugen (etwa durch Überfütterung mit Snacks und Fastfood), die Kommunikation gerät durcheinander.

Soweit, so biologisch. Aber wie genau hängen Psyche und Darm zusammen und kann man aus den Zusammenhängen eine Therapie machen? Die Darm-Hirn-Achse wird seit gut zehn Jahren an vielen Orten intensiver erforscht, allerdings zumeist in kleineren Studien. Erwiesen wurde bereits, dass sich das Darm-Mikrobiom von Depressiven anders zusammensetzt als das Gesunder. Bei einer aktuellen Studie aus Rotterdam an 1054 Probanden wurden dreizehn verschiedene Bakterienarten identifiziert, die im Darm von Menschen mit Depressionssymptomen auffallend häufig oder selten vorkommen. Ungeklärt ist noch die Frage, ob Menschen wegen der Zusammensetzung ihrer Bakterien Symptome entwickeln – oder ob sich die Bakterienzusammensetzung so negativ entwickelt hat, weil



In der Lehrküche der Tagesklinik: Ernährungsberaterin Antonia-Louisa Schlichting unterstützt PatientInnen der Universitätspsychiatrie bei Ernährungsproblemen, etwa wegen Allergien, und vermittelt ihr Wissen auch in Kochkursen. Foto: hün

sie sich krankheitsbedingt schlecht ernähren und wenig bewegen.

Deutlich mehr Licht ins Dunkle der Mikrowelt soll nun eine Studie in Lübeck bringen, bei der erstmals versucht wird, Depressionen – zusätzlich zur regulären Behandlung mit Psychotherapie und/oder Psychopharmaka – mit einer niedrigkalorischen, kohlenhydratreduzierten Ernährung zu lindern, die bereits erfolgreich bei Übergewicht zur Verbesserung des Blutzuckerstoffwechsels und zur Gewichtsreduktion eingesetzt wurde. Nun soll die Auswirkung einer App-basierten Ernährungsumstellung bei Depression untersucht werden. Mittels viel Gemüse und Proteinen und wenig Fast-Food und Zucker soll ein gutes Mikrobiom geschaffen werden. Und ein gutes Mikrobiom ist vor allem vielfältig.

Gemessen werden die Auswirkungen auf mehreren Ebenen – durch monatliche

Abfrage des psychischen Befindens sowie durch Vermessung der Stoffwechsel bzw. Körperzusammensetzung durch Gastroenterologen des CBBM (Center of Brain, Behavior and Metabolism, eine interdisziplinäre Einrichtung der Universität zu Lübeck zur Erforschung der gegenseitigen Steuerung von Gehirn, Verhalten und Stoffwechselprozessen). In die Studie eingeschlossen werden insgesamt je 40 PatientInnen aus den kooperierenden Kliniken in Basel und Lübeck – jeweils unterteilt in eine gesunde Gruppe und eine mit depressiven Patienten.

Ihre Ernährung wird innerhalb von elf Wochen sukzessive auf 130 Gramm Kohlenhydrate pro Tag reduziert. Ausgeschlossen werden bipolar und komorbid Erkrankte. Kein Ausschlusskriterium sind dagegen Suizidalität oder schwere Symptome. „Brain-Gut-Studie“? heißt das Projekt (von „Brain and

gut“, engl. für Gehirn und Darm). Erste Erfahrungen zeigten, dass die meisten sehr gut mit Ernährungsumstellung zurecht kämen, so die Studienärztin Frederike Buschmann. Ein depressiv Erkrankter habe abgebrochen, weil er die Aufgaben – einkaufen, kochen ... – nicht allein zuhause bewältigen konnte. Im übrigen zeichne sich eine Tendenz ab, wonach es keine Verschlechterungen, eher Verbesserungen gebe.

Einige Studien-TeilnehmerInnen nehmen Antidepressiva. Weiß man, wie sich das aufs Mikrobiom auswirkt? „Soweit sind wir noch nicht“, so Buschmann, dazu gebe es noch keine Studien. Unterschieden werde nur das Mikrobiom mit und ohne Depression und mit und ohne Übergewicht. „Wir gehen natürlich davon aus, dass Medikamente Wirkungen auch auf die Funktion des Darms haben. Aber die Alternative wäre gewesen, wir schließen nur medikationsfreie

Patienten ein. Das wäre methodisch sauberer, würde aber an der klinischen Realität vorbei gehen“, so Buschmann.

Was den Nutzen der Untersuchung angeht, denkt der Ärztliche Direktor der Universitätspsychiatrie Lübeck, Prof. Stefan Borgwardt, größer. Für Sport gebe es bereits die Nachweise einer mit Psychotherapie bzw. Psychopharmaka vergleichbaren Wirkung. Ziel sei ein ähnlicher Nachweis auch für die Ernährung. „Wir wollen Ernährungsregeln gerade für leichte Depressionen entwickeln.“ Therapieplätze sind rar, Psychopharmaka seien teils umstritten. Da könnten von Krankenkassen finanzierte Ernährungs-Apps zu einem gestuften Behandlungssystem beitragen, bei dem nur noch Schwerkranken im Krankenhaus behandelt werden, hofft Borgwardt. Eine spezialisierte Ernährung biete sich auch für eine langfristige Stabilisierung an, wenn Medikamente ausgeschlichen werden. „Ernährung hat einen sehr bedeutenden Einfluss“, ist Borgwardt überzeugt. Vielleicht werde es in 20 Jahren üblich, in Kliniken nicht nur Psychotherapeuten und Sozialtherapeuten, sondern auch mehrere Ernährungstherapeuten (bisher gibt in der Universitätspsychiatrie Lübeck eine Ernährungstherapeutin) und eine personalisierte Ernährungstherapie vorzuhalten.

Das Besondere an der Lübecker Studie sei, dass es sich erstmals um eine gezielte Intervention handelt. In der von einer Fremdfirma bespielten APP wird dafür eine große Auswahl an Rezepten angeboten. Rein vegane Ernährung ist wegen der schlechten Vergleichbarkeit ausgeschlossen, nicht aber vegetarische. Und wie steht es um das Thema Zusatzstoffe? Müsste da nicht auch der Verzehr biologischer Produkte Teil der Umstellung sein? „Wir können nicht alles gleichzeitig machen“, sagt Frederike Buschmann. „Dann müssten wir jedem Patienten das Essen kochen.“ Es mache Sinn, mit einem durchschnittlichen Konsumenten zu arbeiten. „Mit Blick auf Therapieanwendung wäre sonst das Ziel einer niedrigschwelligeren Ernährungsintervention verfehlt.“

Anke Hinrichs

## Von Probiotika bis Stuhlkapsel

Zusammenhänge zwischen Mikrobiom und Psyche wurden auch im Zusammenhang mit Schizophrenie und Autismus festgestellt. Verschiedene Studien haben zudem auch Zusammenhänge zwischen einem Vitamin-D-Mangel und (neuro)psychiatrischen Erkrankungen gezeigt.

Auch Probiotika wurden mehrfach beforcht. So auch in der Universitätspsychiatrie Basel. Teilnehmende stationär untergebrachte Depressions-erkrankte erhielten dort zusätzlich zu

den Antidepressiva während 31 Tagen ein Probiotikum (21 Personen) oder ein Placebo (26 Personen). In der Probiotika-Gruppe verbesserte sich der Zustand der Probandinnen und Probanden jedoch „deutlich stärker“ als in der Placebo-Gruppe, so die Studienautoren. Aus dem Vergleich der Daten aus 10 Studien mit insgesamt über tausend Patienten zeigte sich indes offenbar insgesamt ein unbedeutender Effekt von Probiotika auf die Stimmung, der sich nicht von Scheinbehandlungen unterschied – außer bei

milden bis mäßigen Depressionen (s. www.deutschesgesundheitsportal.de).

Noch ganz am Anfang ist die Forschung in Sachen Stuhltransplantationen. Dabei werden Kranken Kapseln mit dem Darminhalt von Gesunden verabreicht. Bei Nagern hat das funktioniert, so Prof. Stefan Borgwardt. Bei Menschen fehlen die Beweise noch. Eine Baseler Studie dazu sei abgebrochen worden, nachdem es in den USA bei einer Studie aus ungeklärten Gründen einen Todesfall gegeben habe. (hin)

## Serie: Blick in die Wissenschaft



Die Psychiatrie am Campus Lübeck des Zentrums für Integrative Psychiatrie (ZIP) am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein wird seit gut zwei Jahren von Prof. Stefan Borgwardt geleitet und hat sich besonders den Transfer von Forschungs-

ergebnissen in die Patientenversorgung und die enge Vernetzung mit dem außerklinischen Bereich auf die Fahnen geschrieben. Der EPPENDORFER beleuchtet im Rahmen einer Wissenschafts-Serie einige Schwerpunkte.

Foto: UKSH

## Was „Die Ernährungs-Docs“ sagen

■ Konkrete Tipps für Gewichtsabnahme und Stimmung

Auch die NDR-Reihe „Die Ernährungsdocs“, die die Möglichkeiten von Ernährungstherapie an konkreten Patientenfällen auslotet, ist schon bei Depressionen angekommen. Auf der Sendungs-Homepage wird diesbezüglich u.a. auf die Gefahr des Bauchfetts hingewiesen, das entzündungsfördernde Hormone produziert. Bei Menschen mit starkem – insbesondere bauchbetontem – Übergewicht seien bestimmte Entzündungsbotsstoffe (Zytokine) erhöht – ebenso bei Menschen mit Depressionen. Die Forscher vermuten, dass Zytokine unter anderem die Produk-

tion von Serotonin – dem sogenannten Glückshormon – senken können. Daher sei Gewichtsabnahme empfehlenswert. Auch die Fernsehdocs empfehlen dafür eine Kombination von gesunder Ernährung und Bewegung.

Weitere Tipps: Möglichst drei regelmäßige Hauptmahlzeiten, keine Snacks zwischendurch, Wochenpläne, vorkochen, achtsam und entzündungshemmend essen (ballaststoffreiche Vollkomprodukte und Fisch mit Omega-3-Fettsäuren, z.B. Lachs, Hering). Keine süßen Getränke, keine hellen Backwaren, keine zuckerreichen Speisen. Dafür mehr Gemüse, Obst,

Kräuter und pflanzliches Eiweiß (Nüsse, Hülsenfrüchte, Pilze). Gesunde Notfallration vorhalten (Nüsse, Gemüse-Chips, dunkle Schokolade). Zwei Liter am Tag Wasser und Tee trinken.

Auf der NDR-Homepage finden sich diverse Rezepte speziell für Menschen mit Depressionen: von Bananenbrot über Blumenkohl-Brokkoli-Curry bis gefüllte Paprika. Daneben finden sich spezialisierte Rezepte für diverse andere Probleme: von ADHS über Bluthochdruck und Long Covid bis Sodbrennen ...

<https://www.ndr.de/ratgeber/kochen/rezepte/rezeptdb420.html>



Wer viel Gemüse isst, macht schon mal viel richtig.

Symbolfoto: pixabay