***Univ.-Doz.in Dr.in Margot Schmitz***

***„Ich bin gegen Psychopharmaka!“*Ein kontroversieller Standpunkt – Versuch einer differenzierten Haltung**

„Freiheit heilt!“ Klinik-Chef Franco Basaglia hatte in den 70er-Jahren diese Devise ausgegeben. Man müsse nur die psychiatrischen Aufbewahrungsanstalten zusperren, schon gäbe es keine psychiatrischen Erkrankungen mehr.

Die Psychiatrie in Triest wurde zugesperrt, die Patienten in umliegende Krankenanstalten verteilt. Basaglia starb an einem Hirntumor und hat das Scheitern seiner These nicht mehr erlebt.

**Wahl statt Zwang**

Die gemäßigten Versuche, die Affektlogik zu verstehen, nämlich dass Menschen ihren Gefühlen folgen und nicht vernünftigen Vorschriften, hat der Psychiatrie sehr genützt. Erst durch dieses Verständnis konnte sich die Psychiatrie von Begriffen wie „Gefängnis“, „Bedrohung“ und „Endstation“, die stets mit ihr in Verbindung gebracht wurden, lösen. Die moderne Psychiatrie wurde zu einem medizinischen Fach mit einer breiten Palette an Angeboten. Diese Angebote werden den „Kunden“ zur Verfügung gestellt – sei es in Form von Rehabilitationsaufenthalten, psychotherapeutischen Stationen, Psychoedukation, Psychopharmaka, Selbsthilfe und Gruppentherapien – ein fast schon unüberschaubares Angebot.

„Wahlmöglichkeit heilt!“, müsste man also sagen. Also doch ein Stück Freiheit, das heilt.

**Eine Vielzahl von Risikofaktoren für die psychische Gesundheit**

Heute kennt man eine Vielzahl von Risikofaktoren für die psychische Gesundheit. So weiß man heute, dass auf engem Raum, wenn die Bevölkerungsdichte besonders hoch ist, die Inzidenz von Erkrankungen (z. B. Schizophrenie: Stadt-Land-Gefälle) höher ist. Andererseits ist die Wohnungsgröße nicht relevant für das Auftreten oder Nichtauftreten von psychischen Erkrankungen.

Wohnungslosigkeit, der Verlust einer sicheren Bleibe, ist aber ebenso ein Risikofaktor für leibliche und seelische Gesundheit, wie Armut, geringe Bildung und ungelöste persönliche Probleme.

**Zeit als zentraler Faktor**

Für die Therapie spielt der Faktor Zeit eine entscheidende Rolle. Die Erfahrung zeigt, dass jede Therapie, für die mindestens ein halbes Jahr in Anspruch genommen wird, eine Verbesserung der Ausgangssituation bewirkt. Denn bei psychischen Erkrankungen ist die Therapietreue von großer Bedeutung, unabhängig davon, ob es sich um eine pharmakologische oder psychotherapeutische Therapie handelt.

Daher lautet die Frage an die moderne Psychiatrie: Wie kann man Menschen motivieren, Zeit in ihre psychische Gesundheit zu investieren? Denn nur wer ein halbes Jahr in einer entsprechend hohen Frequenz Therapie in Anspruch nimmt, kann mit einer mindestens 50%igen Verbesserung seiner Lebenssituation rechnen.

Und umgekehrt, an die Vertreter der Psychiatrie gerichtet, muss die Frage lauten: Sind sie in der Lage, ihre Patienten langfristig zu betreuen? – Patienten, die erst Vertrauen fassen müssen; Patienten, die erst genügend Wissen über ihre Erkrankung sammeln müssen; Patienten, die mitunter erst nach einer längeren Phase die Therapiemöglichkeiten auch tatsächlich in Anspruch nehmen. Dazu braucht es Zeit, einen ruhigen Ort, genügend Auffassungsfähigkeit und Auffassungswilligkeit, sprachliche Fähigkeiten und Hilfestellungen.

Zusätzlich stellt sich auch die Frage nach der Finanzierung: Wer übernimmt die Kosten für Therapien, die ein halbes Jahr dauern? Diese Zeit ist aber eben unbedingt erforderlich, damit Therapeuten gemeinsam mit den Patienten auch tatsächlich Schritte setzen können, die die Lebenssituation der Patienten nachhaltig verbessern. Rasche Erfolge sind auch unter noch so großem Druck mit Sicherheit nicht zu erzielen.

**Gefühlshaushalt wieder ins Lot bringen**

Um Vertrauen in eine Therapie zu entwickeln, bedarf es eines stabilen Gefühlshaushalts, der einem Orientierung gibt. Jedoch gerät ja gerade der Gefühlshaushalt bei psychischen Erkrankungen völlig aus den Fugen. Beispielsweise der „Totalausfall“ von Gefühlen bei einer Depression, in Paniksituationen oder beim „Ultra-Gau“ der Gefühlsüberflutung in der Schizophrenie. In solchen Fällen ist der Einsatz von Psychopharmaka unabdingbar. Die Frage, ob man Psychopharmaka ablehnt, stellt sich dann ganz einfach nicht. Nur mit Hilfe einer entsprechenden Medikation kann der „Gefühlsstrom“ wieder ins Gleichgewicht gebracht werden. Ohne diese „Basisversorgung“ der inneren Gefühlswelt gibt es keine Freiheit und keine Therapiefähigkeit durch die unterschiedlichen Angebote der Psychologie und Psychiatrie.

**Kontakt für JournalistInnen-Rückfragen**

***Univ.-Doz.in Dr.in Margot Schmitz***

Institut für Psychosomatik & Ordination Univ.-Doz.in Dr.in Schmitz

Parkring 12

1010 Wien

Tel.: +43 1 504 27 40

E-Mail: m.schmitz@schmitz.at

11. November 2013

Aus Gründern der besseren Lesbarkeit wurde in diesem Text auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Endungen bzw. das Binnen-I bei Personenbezeichnungen (ÄrztInnen, PatientInnen) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichwohl für beide Geschlechter.