

## **Bericht vom DGBS Angehörigenseminar im Februar 2018 in Würzburg**

Am 16. und 17. Februar 2018 haben wir am Seminar für Angehörige von bipolar Erkrankten teilgenommen. Das Seminar der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V. war ausgebucht und zeigte schon durch diesen Umstand das große Interesse an dem Thema.

Nach der Begrüßung durch Frau Barbara Wagenblast, wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gebeten, sich in einem gruppenspezifischen Spiel wieder zu finden. Die Beteiligten trafen sich an verschiedenen Ecken des Seminarvorraums vor Zetteln, auf denen z.B. die Entfernung, die zum Seminarort zurückgelegt wurde, die Länge der Krankheitsgeschichte oder die derzeitige Verfassung der erkrankten Angehörigen geschrieben standen. So ergaben sich immer wieder kleine „gleichgesinnte“ Gruppen, in denen dann kommuniziert werden konnte. Hierbei erfuhren wir erste Gemeinsamkeiten.

Nach der Einführung durch Frau Wagenblast in das Seminar referierte Herr Dr. med. Andreas Menke, Oberarzt, *Zentrum für Psychische Gesundheit, Uniklinikum Würzburg*, über die Krankheitsentstehung, Symptome sowie Verläufe der manischen und depressiven Phasen und über die Diagnosestellung. Nach einer Kaffeepause ging es um die Behandlung, Prophylaxe und die Verhütung neuer Phasen. Danach wurde über den Umgang mit dem erkrankten Familienmitglied und die Unterstützung der behandelnden Ärzte diskutiert.

Bei allen Diskussionen wurde deutlich, wie hilflos die meisten der anwesenden Angehörigen dem Phänomen der Bipolaren Störung gegenüberstehen. Die Einbeziehung der Angehörigen findet in der Praxis der spezialisierten Ärzte zu wenig statt. Durch diese Umstände kann die Krankheit bereits große Schäden angerichtet haben bevor sie erkannt wird. Da die Medikation sehr speziell auf die Betroffenen zugeschnitten sein muss, herrscht in dieser Beziehung ebenfalls eine starke Unkenntnis und Verunsicherung.

Bei einem Abendessen gab es noch einmal die Gelegenheit zur Kommunikation untereinander. Dabei wurde auch wieder deutlich, wie gleich die Erfahrungen mit der Krankheit bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind.

Am zweiten Tag referierte Frau Dr. Julia Veeh, Dipl. Psychologin, wie aus der Angehörigenperspektive die Depression und die Manie das tägliche Miteinander beeinflussen. Strategien in der Kommunikation mit den Angehörigen in den Krisenzeiten und die Möglichkeiten eines Dialogs zwischen Patienten, Arzt und Angehörigen wurden aufgezeigt. Vorsorgevollmachten und die Notwendigkeit von Zwangseinweisungen sind Themen, die nicht ohne Brisanz sind.

Nach einem Mittagsimbiss konnten die Angehörigen Fragen stellen und über ihre Erfahrungen im Umgang mit den Angehörigen berichten. Nach einer Abschlussdiskussion, weiteren Fragen und Antworten, einem Resümee und einem Feedback verabschiedete Frau Wagenblast die Teilnehmenden.

Der große Zuspruch zum Seminar zeigte deutlich die Wichtigkeit solcher Veranstaltungen. Die Angehörigen der bipolar Erkrankten erfahren in der Realität wenig Unterstützung und sind nur unzureichend über die Krankheit, deren Entstehung und Verlauf unterrichtet. Dementsprechend sind die Unglücke in den akuten Krankheitsphasen vorprogrammiert.

Die Krankheit muss von den Betroffenen und deren Angehörigen besser verstanden werden. Auch muss die Erkrankung besser von der Gesellschaft verstanden und akzeptiert werden. Für das Forcieren dieser Bildungsarbeit kann der Deutschen Gesellschaft für Bipolare Störungen e.V. nur gedankt werden. Die Hilfe zur Selbsthilfe ist der sinnvolle Beginn, um mit der Erkrankung besser umzugehen. Frau Wagenblast wiederholte, dass die Angehörigen zu Spezialisten werden müssen, um sich und die Erkrankten besser unterstützen zu können und um die negativen Auswirkungen so niedrig wie möglich zu halten. Ziel ist es, gemeinsam mit den Erkrankten einen Weg durch die Manie und die Depression zu finden, damit möglichst wenig soziale und materielle Zerstörung angerichtet wird. Dass es in manchen Fällen zu einer dauerhaften Besserung kommen kann, muss genauso zur Kenntnis genommen werden wie der lebenslange Verlauf.

Der Krankheitsverlauf ist bei allen Patienten ähnlich, so auch die Problematiken, in denen die Angehörigen stecken. In den Gesprächen während der Pausen und dem Abendessen wurde das deutlich.

Besonders die Frage nach der Ursache bzw. der Schuld an der Krankheit ist für viele Angehörige eine große Belastung. In den akuten Verläufen kann das zu Verunsicherung und falschen Handlungen führen.

Respekt an dieser Stelle für die Betroffenen, die dieser sich ständig wiederholenden Achterbahnen der Gefühle ausgesetzt sind und gezwungen sind, sich dieser heimtückischen Krankheit zu stellen und damit umzugehen. Und natürlich auch dafür, wie sie die Nebenwirkungen einer Medikation aushalten und durchstehen müssen.

Das Seminar hat gutgetan, weil man als Angehöriger dazu neigt, seinen Fokus nur auf seinen „eigenen Fall“ zu richten. Durch die anderen Teilnehmer bekamen wir einen erweiterten Blick auf das Krankheitsbild mit seinen vielfältigen Facetten. Insbesondere ist die Kraft, mit der die Teilnehmer ihren Alltag bewältigen müssen, deutlich geworden.

Die Arbeit der DGBS möchten wir durch weitere Teilnahmen an Seminaren oder Jahrestreffen und einer Mitgliedschaft unterstützen.

Zwei Angehörige