

## Schizophrenie

**Die schizophrene Psychose ist eine häufige Erkrankung. Sie trifft ca. 1% der Bevölkerung. Das erste Auftreten der Symptome findet meistens zwischen dem 15. und 30. Lebensjahr statt.**

Bei der Schizophrenie handelt es sich um eine Stoffwechselerkrankung, wie die Zuckerkrankheit, wobei jedoch die Schizophrenie ausschließlich den Hirn-Stoffwechsel betrifft. Hier gibt es Botenstoffe für den Informationsaustausch der Zellen im Gehirn untereinander. Ein Ungleichgewicht zwischen bestimmten Botenstoffen führt zu Veränderungen im Denken, Fühlen der Wahrnehmung und des Verhaltens. Menschen, die eine Veranlagung für die Schizophrenie haben, gehören zu den sensibleren Menschen, bei denen das innere Gleichgewicht nicht so stabil ist, wie bei anderen. Stress-Situationen können dieses innere Gleichgewicht und damit den Hirnstoffwechsel leichter aus dem Lot bringen und so eine schizophrene Psychose auslösen. Dabei kann es sich um positiven Stress, wie große Freude, aber auch um negativen Stress wie Trauer oder Beziehungskonflikte handeln. Manchmal ist aber auch gar kein Auslöser für eine Schizophrenie erkennbar.

Eine schizophrene Psychose kann sich schleichend entwickeln, sie kann sich aber auch plötzlich innerhalb weniger Wochen oder sogar Tagen zeigen. Es ist eine Erkrankung, die nahezu alle psychischen Funktionen beeinträchtigen kann. Es kann zu einer Vielzahl von Symptomen kommen. Häufig sind Denk- und Sprachstörungen, Unkonzentriertheit, Schwierigkeit im Gespräch den „roten Faden“ zu behalten, Wahrnehmungsstörungen (z.B. Halluzinationen wie Stimmenhören oder ähnliches), Wahnvorstellungen (z.B. Verfolgungsängste, Angst, mit Strahlen oder Gift verletzt zu werden oder Sorge, dass andere die eigenen Gedanken kontrollieren können), Stimmungsschwankungen, Unruhe, Bewegungsstörungen, Lustlosigkeit, Energieverlust, Schlafstörungen, Depressionen, sozialer Rückzug in eine eigene Welt, ein Gefühl des Gesteuert Werdens durch Außenkräfte usw. All diese Symptome müssen nicht gleichzeitig auftreten, einige kommen bei bestimmten Formen der Erkrankung gar nicht vor.

Im Vorfeld der akuten Erkrankung kann z.B. eine monatelange Phase des sozialen Rückzugs oder einer gereizten und misstrauischen Stimmungslage auftreten. Der Verlauf kann dann sehr unterschiedlich sein. Etwa 1/3 der Patienten erlebt lediglich eine einmalige oder nur sehr wenige Krankheitsphasen. Der überwiegende Teil erlebt wiederkehrende Krankheitsphasen, bei einem Teil bildet sich auch eine chronische Psychose aus, die dauerhafter Behandlung und ggf. auch Betreuung bedarf.

## Therapeutische Maßnahmen

Den Schwerpunkt der Behandlung der schizophrenen Psychose bildet die Gabe antipsychotisch wirksamer Medikamente, den so genannten Neuroleptika. Mit diesen Medikamenten wird der Stoffwechsel im Gehirn wieder neu geregelt, damit die schlimmsten Symptome der Krankheit zurückgehen oder vielleicht sogar ganz verschwinden. Diese Medikamente müssen über einen längeren Zeitraum eingenommen werden und sollten grundsätzlich nicht ohne Rücksprache mit dem behandelnden Arzt abgesetzt werden. Antipsychotische Medikamente machen nicht süchtig. Sie können auch über lange Zeit eingenommen werden. Dabei ist häufig auch zwischen den Krankheitsphasen eine fortgesetzte Medikamenteneinnahme notwendig, die bei regelmäßiger Einnahme vor einem Rückfall bewahren kann.

In den letzten Jahren hat es zahlreiche Fortschritte in der neuroleptischen Therapie gegeben, sodass inzwischen zahlreiche Nebenwirkungen nicht mehr toleriert werden müssen. Wenn die Symptome verschwinden und Sie keine Nebenwirkungen spüren, kann es für Sie so aussehen, als ob die Krankheit besiegt sei. Sie kann aber jederzeit wieder aufflammen. Es ist daher sehr wichtig, eng mit ihrem Arzt/Ärztin zusammen zu arbeiten. Er/sie wird Ihnen helfen, das richtige Medikament in der richtigen Dosierung zu finden. Zur Rückfallprophylaxe ist es sehr wichtig, die Medikamente regelmäßig einzunehmen, die Dosis nicht selbstständig zu verändern und die Medikation nicht eigenmächtig abzusetzen. Ein weiterer wichtiger Faktor ist die Vermeidung großen Stresses. Muten Sie sich nicht zu viel zu, auch wenn Sie sich wieder gesund fühlen. Rauschmittel (Drogen oder Alkohol) bringen ebenfalls den Stoffwechsel im Gehirn aus dem Gleichgewicht. Wer an einer schizophrenen Psychose leidet, sollte solche Rauschmittel unbedingt weglassen.

Auch wenn Sie alle diese Punkte beachtet haben, kann es sein, dass sich ein **Rückfall** ankündigt. Sie können das aber möglicherweise vorhersehen, wenn Sie sich selbst genau beobachten. Wenn Symptome wiederkommen, die sie lange nicht hatten oder wenn neue hinzukommen, die Sie nicht kennen, wenden Sie sich schnellstmöglich an ihren behandelnden Arzt/Ihre Ärztin. Er/sie kann Ihnen helfen, den drohenden Rückfall zu vermeiden, denn häufige Rückfälle können den Verlauf der schizophrenen Psychose verschlimmern.

Erfahrungsgemäß erschreckt die Diagnose einer schizophrenen Psychose nicht nur die Patienten, sondern ebenso die Angehörigen und Freunde. Es ist hilfreich, auch die Angehörigen der Betroffenen im Einvernehmen mit diesem (die Schweigepflicht ist natürlich zu beachten) aufzuklären und über die Hintergründe dieser Erkrankung zu informieren.